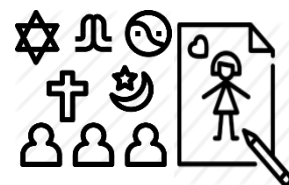




INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
 CONCEJO MUNICIPAL DE ITAGÜÍ  
 “Propiciando la formación integral del ser”



ÁREA: ETICA Y RELIGION



GRADO: SEXTO  
 GUÍA No: 3  
**HUMANIDAD, RESPONSABILIDAD Y CONSTRUCCIÓN SOCIAL**  
**DURACIÓN EN DÍAS: 45**  
 DURACIÓN: 10 SEMANAS  
 ANALISTA: FLOR ANGELA LONDOÑO ARANGO

MATRIZ DE REFERENCIA



Estándares	Competencias	Aprendizaje	Evidencia
Contribuyo, de manera constructiva, a la convivencia en mi medio escolar y en mi comunidad (barrio o vereda).	Pensamiento reflexivo y sistémico	Comprende la dimensión del hombre como un ser en relación, responsable en la construcción de un tejido social	Interactúa reconociéndose como persona que pertenece a un grupo familiar, educativo y social



TABLA DE CONTENIDOS


	pag
Matriz de referencia	1
Niveles de lectura	1
Punto de partida	2
Consulta y recolección de información	3
Desarrollo de la habilidad	4
Relación	5
Anexos.....	7

NIVELES DE LECTURA

NIVELES	DESCRIPCIÓN	CONVENCIONES
LITERAL	El lector identifica de manera clara los elementos que componen el texto. Conlleva una lectura cuidadosa para entender todas las informaciones presentadas y su intención y significado. Es el reconocimiento de todas aquella que está explícito en el texto. Determina el marco referencial de la lectura.	

INFERENCIAL	Es establecer relaciones entre partes del texto para reducir información, conclusiones aspectos que no están escritos(implícitos). Este nivel es de especial importancia para realizar ejercicios de pensamientos	
CRITICA	Implica un ejercicio de valoración y de formación de juicios propias frente a conocimientos previos. Es la elaboración de un argumento para sustentar opciones. Es el nivel intertextual Conversación con otros textos)	

	PUNTO DE PARTIDA				Fecha de Entrega		
		Día		Mes		Año	
		11		07		2022	


Habilidades a desarrollar
Observar: Las cosas y dimensiones humanas más significativas de la vida
Expresar: La misión del ser humano, como actor fundamental en la construcción de una

nueva  
sociedad

### Preguntas orientadoras o problematizadoras

- ¿Cuál debe ser la misión del ser humano en la construcción de una nueva sociedad?
- ¿Cómo influye las actitudes positivas y negativas en la convivencia social?
- ¿El sentido de pertenencia impacta en la convivencia grupal o social?



- Introducción del tema por parte del analista
- Dinámica de grupo dirigida por el analista “¿Qué tanto se de mí y mi entorno?”. Expresa tus conclusiones
- Comenta:
  - ¿Qué es lo que más te gusta de ser parte de tu familia?
  - ¿Cómo te sientes en esta institución?
  - Al saber que eres parte de ella ¿Cómo te imaginas la institución dentro de cinco años al poner en práctica tu cuidado por ella? ¿Qué harías?
  - Si tu cuerpo es tuyo y te pertenece ¿Qué podrás hacer para mejorar tu personalidad, tu cuerpo, tus habilidades o talentos?
- Escribe brevemente lo que entiendes de las siguientes expresiones:
  - ✓ DEBEMOS SER MAS HUMANOS
  - ✓ SIN RESPONSABILIDAD NO PODREMOS VERCER EL COVID
  - ✓ SOMOS CONTRUCTORES DE UNA NUEVA SOCIEDAD

Socializa tus respuestas



### PUNTO DE LLEGADA

Al terminar la guía el estudiante estará en la capacidad de: Identificar las acciones concretas del sentido de pertenencia consigo mismo, con la familia, con los demás, las Instituciones y la sociedad.



### CONSULTA Y RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN



Fecha de  
Entrega

Día	Mes	Año
5	08	2022




Habilidades a desarrollar





Definir: Ideas fundamentales de la importancia del sentido de pertenencia
Identificar: Por medio de un mapa mental las dimensiones donde se debe de fortalecer el sentido de pertenencia
Identificar: El componente axiológico y los símbolos de la Institución
Reafirmar: Actitudes positivas para tener en cuenta en la construcción de nuevas sociedades

1. Realiza la lectura "Sentido de pertenencia" del material anexo y establece 5 ideas principales del documento. Ver anexo.
2. Observa el vídeo "Sentido de pertenencia" y complementa la lectura anterior a través de un mapa mental de lo planteado en el vídeo.
3. Lee en tu agenda institucional o página del colegio los símbolos del colegio, filosofía, visión, misión, principios, políticas de calidad y objetivos de la Institución. En un esquema de tu preferencia escribe los aspectos más importantes y comenta porque vale la pena conocer esta información.
4. Observa el vídeo "El libro de Tere" Escribe las lecciones aprendidas en relación a lo consultado del sentido de pertenencia. (Proyecto transversal FPV)





 LISTA DE VERIFICACIÓN	SI	NO, Porque
Actividad No.1 ¿Identificaste las ideas del documento de apoyo?		
Actividad No.2 ¿Realizaste el mapa mental?		
Actividad No.2 ¿Identificaste aspectos importantes de la Institución?		
Actividad No.2 ¿Identificaste las lesiones de vida en la construcción de una nueva sociedad?		

¿Cómo te sientes hasta el momento?

			
Bien	Excelente	Regular	Mal

Argumenta tu respuesta: \_\_\_\_\_

	<b>DESARROLLO DE LA HABILIDAD</b>	 Fecha de Entrega		
		Día	Mes	Año
		26	08	2022

Habilidades a desarrollar

Reafirmar: La responsabilidad y el sentido de pertenencia consigo mismo, con la familia, la Institución y todo su entorno.

Fortalecer: El sentido de pertenencia en el campo, personal, familiar, Institucional y social

Afianzar: La formación de la educación sexual y construcción de ciudadanía.

Actividad 1. Aplica los conocimientos adquiridos respondiendo las siguientes preguntas de reflexión:

**MI GRUPO Y MI INSTITUCIÓN**

**MI GRUPO Y MI INSTITUCIÓN**

- ¿Cómo me siento en los encuentros virtuales?
- ¿Qué me gusta de mi grupo?
- ¿Cómo puedo conocer más a los que lo integran?
- ¿Qué ventajas tengo al participar activamente en todos los talleres?
- ¿Qué actitudes debo de asumir para cumplir con las metas académicas?

**APRENDER EL CUIDADO MUTUO**

- ¿Qué podemos hacer para que nuestro regreso al aula taller e institución sean espacios seguros y agradables para aprender?
- ¿Cómo nos cuidamos mutuamente?
- ¿Cuál será mi reacción al notar que otros no siguen las normas de bioseguridad?

**RESPETO A LOS DEMAS Y A SI MISMO**


- ¿Qué hago para aceptar a mis compañeros y compañeras?
- ¿Cómo cuido y protejo mi cuerpo?
- ¿Cuál es mi reacción ante quienes se quieren aprovechar de mí?

**MI FAMILIA Y ENTORNO**

- ¿Cómo apporto a la sana convivencia en mi familia?
- ¿Por qué creo que mi familia es la mejor de todas?
- ¿Qué hago para ser un mejor ciudadano?
- ¿Qué puedo aportar para ser parte del cambio positivo en la sociedad de hoy?





Actividad 2: Elabora una propaganda el sentido de pertenencia por alguno de los aspectos mencionados anteriormente.

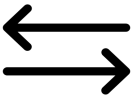

Actividad 3: Taller de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía dirigido por el analista

 LISTA DE VERIFICACIÓN DE ACTIVIDADES	SI	NO
Actividad No.1 ¿Respondiste a los ejercicios de aplicación al tema?		
Actividad No.2. ¿Realizaste la propaganda?		

Actividad No.3. ¿Realizaste el taller para la educación sexual y construcción de ciudadanía?

¿Cómo te sientes hasta el momento?

			
Bien	Excelente	Regular	Mal


	RELACIÓN			Fecha de Entrega	
		Día	Mes	Año	
		09	09	2022	

Habilidades a desarrollar

Fortalecer: Su formación integral con la elaboración de su proyecto de vida





Afianzar: Las habilidades para la vida con la elaboración de su proyecto

Actividad 1:  
 Continúa aplicando lo aprendido en el tema a través de la elaboración de tu proyecto de vida. Realizar la presentación del proyecto de vida utilizando una de las siguientes herramientas didácticas: Álbum-video-Muestra fotográfica, presentación en power point, historietas, cuento etc.

	LISTA DE VERIFICACIÓN DE ACTIVIDADES	SI	NO
	Actividad No.1 ¿? ¿Realizaste la presentación creativa de tu proyecto de vida?		



¿Cómo te sientes hasta el momento?

			
Bien	Excelente	Regular	Mal

Argumenta tu respuesta: \_\_\_\_\_


	RECURSOS


Película “Marley y Yo” <https://www.youtube.com/watch?v=wCSOKilasN0>


**Enlace para consultar guías y material de clase para los alumnos que usen un correo de gmail.com**

<https://classroom.google.com/c/NDQ5MTE0MjQ3ODgx?cjc=v2c7xsi>

**Material didáctico-Taller – documentos de apoyo**

	AUTOEVALUACIÓN	%
1	La asistencia a los encuentros de aprendizaje ha sido	
2	He cumplido con las actividades asignadas en la guía	
3	El esfuerzo que he colocado en las actividades es: (calidad, presentación, siguiendo las instrucciones del profesor)	
4	Entrega los trabajos a tiempo y cuando se indica.	
5	Lo que he aprendido en el área es	

	COEVALUACIÓN	%
1	Cree que el tiempo que ha dedicado su hijo a la realización de las actividades es:	
2	El esfuerzo que ha colocado su hijo en la realización de las actividades es:	
3	La asistencia a los encuentros académicos es:	
4	El apoyo a sus hijos en las actividades escolares es:	
5	El tiempo que acompaño a mi hijo es:	
6	Le brindo los recursos necesarios para desempeñarse adecuadamente en el espacio escolar	
7	Le tiene a su hijo o acudido rutinas diarias establecidas como: hora de ver TV, comidas, estudio, labores de la casa	

	SOCIOEMOCIONAL	%
---	----------------	---

1	¿Reconozco mis emociones antes, durante y después de realizar la guía? (Autoconciencia)	
2	¿Me tranquilizo cuando no entiendo una actividad y busco alternativas para desarrollarla? (Autorregulación)	
3	¿Socializo con mis padres, familiares o amigos para comprender algunos puntos? (Conciencia social)	
4	¿Expreso mis ideas y opiniones sin imponerlas? (comunicación positiva)	
5	¿Reconozco mis emociones antes, durante y después de realizar la guía? (Autoconciencia)	
6	¿Me tranquilizo cuando no entiendo una actividad y busco alternativas para desarrollarla? (Autorregulación)	
7	¿Socializo con mis padres, familiares o amigos para comprender algunos puntos? (Conciencia social)	
8	¿Expreso mis ideas y opiniones sin imponerlas? (comunicación positiva)	

Anexos de los documentos de apoyo para el desarrollo.

**DOCUMENTOS DE APOYO DEL TERCER PERIODO GRADO SEXTO  
TEMA: SENTIDO DE PERTENENCIA**

**EL SENTIDO DE PERTENENCIA**

**El sentido de pertenencia** es importante en nuestras vidas, porque nos lleva a creer, cuidar y defender las cosas que nos pertenecen, así como la cultura y raíces, cuando no se tiene **sentido de pertenencia**, cometemos errores, como, por ejemplo: el denigrar de su país o de la institución que se pertenece.

**El sentido de pertenencia** es un sentimiento de identificación de un individuo con un grupo o con un lugar determinado. A partir de él emergen lazos afectivos que generan en la persona actitudes positivas, liderazgo, compromiso y participación hacia el grupo y el lugar.

**El sentido de pertenencia** es sentirse parte de un grupo, una sociedad o de una institución, esto tiene su origen en la familia ya que es el primer grupo al que pertenecemos.

Al serle fiel al grupo y siguiendo sus normas se da una identidad y una seguridad, mientras más segura se sienta la persona, más elevado será su sentimiento comunitario y estará más dispuesta a seguir normas de convivencia.

Cada logro, es un granito de arena para la institución y también es la construcción de nosotros mismos y de nuestra sociedad. Cuando tenemos sentido de pertenencia y satisfacción es posible que logremos vivir en un mejor ambiente, ya que nadie cuida lo que no valora. En cambio, lo que más valoramos merece todo nuestro cuidado y atención.

Si miramos nuestro entorno, y vemos que está en buen estado, eso nos invita a cuidarlo y mantenerlo. Esto hace que los lugares y las herramientas que usamos estén en condiciones óptimas, así se nos facilita las tareas y nos hace más fácil cumplir con nuestras metas.



Cada uno de nosotros debe cuidar todo lo que representa la institución porque tiene un significado importante, una filosofía; de lo cual hacemos parte. El sentir orgullo nos da valor como personas.

Quien no tenga desarrollado el sentido social de la pertenencia, está en un lugar equivocado, se encuentra donde no le nace estar. La pertenencia nos da seguridad y autoestima; quien no tenga este valor debe hacerse una auto evaluación.

**Hay un dicho que dice:**

***"Nadie ama a su patria por ser la más grande, la más rica o la más avanzada, sino porque es la suya"***

**Algunas de las normas que una persona debe seguir cuando pertenece a un grupo son:**

- \*Participar activamente en los procesos de su institución o grupo
- \*Asumir con responsabilidad los compromisos que adquiere al ingresar.
- \*Respetar a todos los miembros de su institución o grupo
- \*Respetar filosofía, políticas y normas de la Institución
- \*Respetar los símbolos de la Institución: bandera, escudo, uniforme.
- \*Actuar teniendo en cuenta las normas que contribuyen a su institución.
- \*Querer, valorar y reconocer la importancia de la institución en la sociedad.
- \*No afectar a la institución

#### **VALORES CLAVES DEL SENTIDO DE PERTENENCIA:**

Responsabilidad, Respeto, Gratitud, Compromiso, Participación, Solidaridad, Tolerancia, Aceptación y valor por todos los miembros de la comunidad, Permanencia, Disposición, Orgullo de pertenencia, Positivismo, Orden y cuidado con las cosas y la planta física de la comunidad.

### **COMPONENTE AXIOLOGICO DE LA INSTITUCIÓN CONCEJO MUNICIPAL DE ITAGÜI**

#### **1. Misión**

“La Institución Educativa Concejo Municipal de Itagüí, Escuela Asociada UNESCO, es una organización oficial que propicia la formación integral del ser, en los niveles de preescolar, básica, media académica o técnica y educación de adultos; mediante un modelo pedagógico desarrollista, enfocado en el sistema relacional y modelos flexibles; basada en los principios de respeto, pertinencia, inclusión y autonomía. Promueve la sana convivencia, fundamentada en la disciplina con amor y guiada por procesos de gestión de calidad y trabajo en equipo.”

#### **2. Visión**

“En el año 2025, La Institución Educativa Concejo Municipal de Itagüí, Escuela Asociada UNESCO, será un centro de desarrollo integral que contará con el talento humano, la infraestructura adecuada y los procesos de innovación e inclusión para la formación autónoma, ciudadana, científica y técnica, con orientación tecnológica y universitaria; con niveles sobresalientes en el cuidado del medio ambiente, el fomento del deporte, arte, cultura, recreación y el mejoramiento de la calidad de vida en lo personal, familiar y comunitario.”

### **3. Lema**

“Propiciando la formación integral del Ser”

### **4. Principios Institucionales.**

LA EXCELENCIA Entendida como expresión de alta calidad en el sistema de gestión, de los logros y alcances significativos en la formación integral de los educandos, del mejoramiento significativo en el desarrollo individual, familiar y comunitario.

### **5. Valores**

#### **5.1. Respeto**

Por las creencias y las diferencias individuales, enmarcado en el trato digno y amable, la tolerancia a diversas formas de pensamiento y respeto por las normas de convivencia y el medio ambiente

#### **5.2. Equidad**

Brindando acceso e igualdad de oportunidades, de acuerdo con la valoración de las diferencias y reconocimiento de la individualidad.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA

CONCEJO MUNICIPAL DE ITAGÜÍ

“Propiciando la formación integral del Ser”

**5.3. Innovación.** Entendida como apertura al cambio, a la experimentación y la investigación, a la evolución generacional, a los avances tecnológicos a la capacidad d crear y transformar, los elementos de su entorno.

Manifestado en el sentido de pertenencia, la responsabilidad en el cumplimiento de deberes, derechos y funciones. Manifestada en el comportamiento adecuado y ajustado a la ley, a la justicia, a la moral pública y demás valores institucionales.

**5.4. Inclusión.** Respeto y pertinencia con la diferencia, acogiendo a las personas con limitaciones y/o potencialidades físicas, mentales como seres humanos en proceso de evolución y crecimiento.

#### **5.5. Solidaridad.**

Expresada en la sensibilidad y apoyo a las necesidades físicas, emocionales, académicas y económicas de los integrantes de la comunidad educativa.

### **6. Perfil del Estudiante**

El estudiante de la Institución Educativa CONCEJO MUNICIPAL DE ITAGÜÍ, debe ser una persona:

- Comprometida con la institución, con sentido de pertenencia.
- Positiva, que cree en sus capacidades para proyectarse y tener éxito en el futuro.
- Que reconoce y acepta a los demás con sus diferencias.
- Que cumple con sus responsabilidades pedagógicas y se esmera por alcanzar su autonomía.
- Que decide por sí mismo y asume las consecuencias.
- Que se interese por leer, investigar y proponer.
- Que valore el arte y la cultura como un lenguaje de expresión y creatividad.
- Que tiene la capacidad de discernir la información que recibe del internet.
- Que sea responsable en el desarrollo de su libre personalidad.
- Que sea capaz de asumir con responsabilidad su individualidad dentro de su entorno.

- Que sea asertivo en la construcción de su proyecto de vida.

### **7. Política de Calidad.**

La política de la institución educativa Concejo municipal de Itagüí, busca la satisfacción de la comunidad educativa prestando un servicio educativo competente, pertinente, incluyente e integral; a través de un sistema de gestión de calidad que promueve el mejoramiento continuo de los procesos institucionales.

### **8. Perfil del Egresado**

- Comprometida con la institución, con sentido de pertenencia.
- Que sea consecuente con el perfil del estudiante.
- Que sea una persona integral en su ámbito de desempeño.
- Que sea un reflejo de los valores institucionales.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA

CONCEJO MUNICIPAL DE ITAGÜÍ

“Propiciando la formación integral del Ser”

- Que ponga en práctica las competencias y habilidades para la vida.

## **SÍMBOLOS**



### **Bandera**

**Está compuesta por tres fajas horizontales iguales con los colores blanco arriba, rojo en el centro y negro en la parte inferior.**

**El blanco significa pureza.**

**El rojo significa vigor y salud.**

**El negro significa la humildad**

## **ESCUDO**

**Está compuesto por un par de alas, una antorcha, una esfera y un libro.**

**Las alas significan el vuelo del espíritu y la libertad de expresión y pensamiento.**

**La antorcha significa la luz del conocimiento y el esfuerzo deportivo.**

**La esfera significa el progreso y la tierra.**

**El libro significa la sabiduría, la ciencia, el conocimiento, la creatividad e investigación.**



## La Propaganda

A continuación, procederemos a explicarte qué es una propaganda, los rasgos que constituyen sus principales características, dónde puedes encontrar una y cómo construir una propaganda creada por ti mismo en tan solo cinco pasos.

### ¿QUÉ ES UNA PROPAGANDA?

La propaganda es un tipo de discurso que apela a modificar alguna conducta o forma de pensar de su lector u oyente. Muchas veces apela a la sentimentalidad del receptor. Por lo mismo, es muy persuasivo. Suele ser confundido con la publicidad, por lo que es muy importante que conozcas sus diferencias. La publicidad, a diferencia de la propaganda, busca vender algún producto. La propaganda, por el contrario, y como dijimos anteriormente, intenta persuadir y modificar conductas o pensamientos.

### ¿CÓMO ES UNA PROPAGANDA?

En la siguiente enumeración descriptiva encontrarás las principales características que están presentes en una propaganda, además de un mapa conceptual que te ayudará a comprender sus rasgos más importantes.

1. La propaganda debe ser muy persuasiva si quiere lograr sus objetivos. Por lo mismo, utiliza argumentos de tipo emocional.
2. No es objetiva. Puede presentar datos de forma muy subjetiva para lograr persuadir a sus lectores.
3. Una propaganda puede buscar modificar el comportamiento de pocos o de muchos. Desde un pequeño grupo a una comunidad completa.
4. De la misma forma como comunica hechos, omite algunos.
5. Existen muchos tipos de propaganda. Por ejemplo, puedes encontrar propaganda religiosa, política, social, cultural, científica, entre otros.

### ¿DÓNDE PUEDO ENCONTRAR UNA PROPAGANDA?

Propaganda puedes encontrar en todas partes. Tanto en la calle como en la televisión abundan los anuncios y afiches propagandísticos. También los discursos políticos podríamos considerarlos propaganda, ya que intentan persuadir e influir en el pensamiento del público que los escucha. Otro ejemplo de propaganda podría ser un afiche de alguna institución que busque aportes monetarios. Para que este afiche sea efectivo, debería contener argumentos persuasivos, que apelen a la sentimentalidad del lector.

### ¿CÓMO HACER UNA PROPAGANDA?

A continuación, aprenderás a construir tu propia propaganda siguiendo estos pasos. Te servirá de guía general a la hora de elaborar una propaganda en cualquier tipo de texto.

1. Primero que todo, debes pensar en el objetivo que tendrá tu propaganda. Para ayudarte a encontrarlo, piensa: *¿qué comportamiento busco modificar en mis lectores u oyentes? ¿Cuál tema me interesaría tratar?* Debes tener claro cuál será la finalidad de tu propaganda antes de comenzar a buscar estrategias persuasivas para realizarla.
2. En segundo lugar, y una vez que tengas tu tema escogido, busca información sobre este. De esta forma, manejarás datos que te servirán para convencer a quienes reciban el mensaje.

3. En tercer lugar, decide si realizarás un afiche, un discurso, quizás un comercial. Debes escoger el formato a través del cual comunicarás tu mensaje propagandístico. Para decidir esto, piensa en el público al que va dirigido y pregúntate cuál sería la forma más llamativa de hacer la propaganda.

4. Una vez que tengas el tema, la información sobre él y hayas decidido el formato sobre el cual deseas trabajar, piensa en estrategias argumentativas. Es decir, si deseas hacer un afiche entonces piensa en cuáles serán las palabras, frases, oraciones o imágenes que te pueden ayudar en convencer a los lectores. Si quieres promover, por ejemplo, el respeto hacia los animales, podrías buscar imágenes de animales maltratados o exponer cifras que persuadan al lector a actuar de buena forma frente a ellos.

5. La mejor forma de saber si tu propaganda funciona es mostrándosela a otro y preguntando sus impresiones sobre tu trabajo. Si el mensaje es comprendido, entonces has hecho un buen trabajo. Si no, entonces busca otras estrategias para lograr comunicar bien el mensaje.

## TALLER DE LA EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y CONSTRUCCION DE CIUDADANIA



Algunas personas jóvenes creen que las drogas les ayudarán a pensar mejor, a ser más populares, más inteligentes, más sociables, a mantenerse más activos o a ser mejores atletas. Otras simplemente sienten curiosidad y creen que probarlas no les hará daño. Otras quieren encajar en un grupo de amistades. Mucha gente joven consume drogas para llamar la atención de sus padres o porque creen que las drogas les ayudarán a escapar de sus problemas. Sin embargo, la verdad es que **las drogas no solucionan los problemas**. Simplemente ocultan nuestros sentimientos y los problemas. Cuando desaparecen los efectos de las drogas, esos sentimientos y problemas siguen ahí o empeoran. **Las drogas pueden arruinar la vida de una persona.**

Las drogas no son saludables para la mente, el cuerpo y las relaciones con los demás. Pueden hacernos enfermar y convertirnos en personas incapaces de lograr lo que quedemos de la vida. Las drogas a menudo llevan al fracaso escolar, a la pérdida de amistades y a peleas con la familia. Pueden acabar también con el dinero que tengamos.

Los efectos pueden variar según la clase de droga consumida, la cantidad que se toma, con cuánta frecuencia se utiliza, con cuánta rapidez llega al cerebro y qué otras drogas, alimentos o sustancias se toman a la vez. Todas las drogas son ilegales en la mayoría de los países, y las drogas “fuertes” o “duras” son además muy caras. Algunas

personas roban, trafican con droga, recurren a la explotación sexual o quedan, sin querer, atrapados en una red de actividades ilegales para poder comprarlas. Muchas personas que consumen drogas comparten además agujas para inyectarse, poniéndose en riesgo de contraer el VIH.

### La adicción

Mientras más temprano empieza una persona a consumir drogas, mayores son las posibilidades de desarrollar serios problemas en el futuro. Los efectos de las drogas se acumulan en el cuerpo como una bomba de tiempo esperando para explotar.

Hay muchas señales que muestran que el uso de drogas se ha convertido en un serio problema para ti. Estas señales son:

- Te mientes a ti mismo y a los demás sobre la cantidad de sustancia que consumes
- Escondes la droga para que nadie se entere
- Aunque tengas poco dinero prefieres gastarlo en drogas
- Te pones en ridículo a ti mismo y a otros en público



Cuando una persona comienza a dejar sus pasatiempos, le dedica menos tiempo a las tareas, empieza a evadir responsabilidades queriendo salir a festejar, y se mete a menudo en peleas estando borracho o drogado; es otra señal de que el uso de drogas se ha convertido en un problema serio. En este caso, la persona debe buscar ayuda y parar inmediatamente.

Unos de los mayores problemas del uso de las drogas es la adicción, llamada también **toxicomanía**. En efecto la toxicomanía ocurre cuando una persona empieza a depender de sustancias para funcionar diariamente. Algunas señales de adicción son:

- Sentir que la droga es necesaria para sobrevivir el día
- Necesitar más y más de la sustancia para conseguir la sensación deseada
- Experimentar cambios de comportamiento extremos como rabia, depresión o episodios violentos
- Desmayarse o quedar inconsciente luego del uso de la droga



Con drogas fuertes como la heroína o la cocaína, te puedes sentir muy enfermo si no la consumes. Cuando dejas la droga del todo sentirás síntomas desagradables como temblores, sudoración, náuseas, vómito, dolores y malestares, así como dificultad para dormir y comer. Estas sensaciones pueden ser tan desagradables que tendrás ganas que volver a consumir la droga. Estos síntomas se llaman **síndrome de abstinencia**. Es la reacción de tu cuerpo ante la ausencia de la droga. Durante las curas de drogadicción y

en casos extremos, los síntomas de abstinencia se tratan con medicamentos especiales. Vencer la toxicomanía es muy difícil y la gente tiene experiencias muy variadas.

### **Mantenerse libre de las drogas**

Muchos jóvenes crecen en ambientes violentos y rodeados por drogas. Pero no necesariamente todas las personas en esta situación terminan consumiendo drogas. Muchas personas resisten la presión social porque conocen las consecuencias y se valoran a sí mismos. Estos jóvenes son fuertes, reflexivos e independientes. Se mantienen en onda, pero sin drogas.

Las drogas son muy fáciles de conseguir, pero sabes que no te conviene usarlas. Puedes estar más en onda y ser más feliz haciendo las cosas que te gustan si te mantienes libre de drogas. Mantente en control. Piensa honestamente en quién eres y en cómo quieres vivir la vida. ¿Qué cosas son importantes para ti y cuáles son tus metas para el futuro? ¿Cómo puedes alcanzar estos sueños? Piensa en cómo encajan las drogas en tu plan de vida. ¿Te ayudarán a alcanzar tus metas? o ¿Se impondrán en tu camino?



### **ACTIVIDAD**

¡Luego de realizar la lectura propuesta y discutir con tus compañeros realiza una reflexión donde hables de porqué decirle NO! a las drogas.