

Sólo una vez



GUÍA DE RECURSOS



Connect with Kids

- Página informativa sobre la metanfetamina
- Consejos para los padres
- Plan de estudios para los grados 6-8
- Plan de estudios para los grados 9-12
- Preguntas para la discusión



Rasgos de la personalidad

Todos los programas de Connect with Kids presentan algunos de estos 26 rasgos de la personalidad:

Bondad/Compasión	Convicción
Urbanidad	Valor
Cooperación	Esmero
Cortesía	Generosidad
Libertad	Honestidad
Amabilidad	Integridad
Honor	Amabilidad
Justicia/Imparcialidad	Paciencia
Lealtad	Perseverancia
Paz	Responsabilidad
Respeto	Unión
Auto-control	Honradez
Tolerancia	
Civismo	



Connect with Kids

Sólo una vez

Tanto para las autoridades policiales como para los agentes de la DEA, la metanfetamina es la droga que más detestan. Es barata, fácil de hacer y muy adictiva — incluso después de un solo uso. “La Meta” está acabando con áreas rurales y pueblos enteros de Estados Unidos — y se está esparciendo. Conozca sus devastadores riesgos a la salud y lo peligroso que es esta conducta, así como lo que algunas personas están haciendo para combatirla.

Esta guía de recursos ha sido diseñada para utilizarse junto al video *Sólo una vez*. La misma incluye:

- Página informativa sobre la metanfetamina
- Consejos para los padres
- Plan de estudios para los grados 6-8
- Plan de estudios para los grados 9-12
- Preguntas para la discusión



Connect with Kids

NOTA: El tema de la metanfetamina es muy serio y debe ser presentado a los chicos con sensibilidad, delicadeza y siempre teniendo en cuenta su edad. El documental Sólo una vez y su guía de recursos ha sido creado para jóvenes adolescentes y no para niños que asisten a la primaria.



Connect with Kids

Sólo una vez

Metanfetamina Página informativa

LO QUE SABEMOS

La droga d-metanfetamina se conoce más comunmente como metanfetamina cristalizada y se obtiene en la calle de manera ilegal, esta sustancia incolora e inodora es un estimulante artificial muy poderoso y adictivo que asemeja pequeños fragmentos de vidrio o cristales azulados. También se la conoce como “hielo”, “cristal”, “vidrio” o “tina” y se fabrica fácilmente en laboratorios caseros, por lo general en la cocina o el baño, con ingredientes fácilmente hallados en farmacias y ferreterías. Esta droga se ha convertido en la más utilizada en los pueblos pequeños, rurales y más pobres de Norte América, debido en parte a su bajo costo y a que por la energía que produce, también aumenta la productividad laboral. Recientemente es muy popular en las llamadas “raves” o fiestas que duran toda la noche, en las grandes ciudades y se hace cada vez más prevalente en las áreas suburbanas.

La metanfetamina cristalizada puede ser fumada, inhalada o inyectada. La droga afecta al sistema nervioso central al liberar de manera anormal altos niveles de dopamina en el cerebro, lo cual causa un “rush,” o brote de placer intenso que puede durar desde varios minutos hasta 60 minutos y cuyo efecto dura entre seis y veinticuatro horas. Este brote rápido de placer es lo que la mayoría de las veces causa adicción y dependencia inmediata, pero a un precio demasiado alto.

LOS RIESGOS

Una persona que constantemente esté estimulada por la metanfetamina cristalizada puede sufrir daño irreparable, incluyendo apoplejía, arritmia cardíaca, ataque al corazón e incluso la muerte. Mientras más dopamina sea liberada, más células cerebrales son dañadas y la cantidad de dopamina disponible al cerebro puede reducirse severamente. Esto puede causar síntomas similares a la enfermedad de Parkinson y a la depresión severa; quien usa esta droga puede perder permanentemente la habilidad de tener una reacción de placer natural en cualquier ámbito de su vida. Otras consecuencias del uso de la metanfetamina incluyen:

- Irritabilidad
- Insomnio
- Confusión y/o alucinaciones
- Ansiedad y/o paranoia
- Aumento de la agresión
- Hipotermia
- Convulsiones
- Náusea, vómito, diarrea
- Ulceración e infección de la piel debido a el toqueteo constante, por imaginarse que hay bichos en la piel o bajo la misma
- Pérdida de peso y apetito
- Deterioro dental y pérdida de los dientes



Connect with Kids

Sólo una vez

Methamphetamine Página informativa (continuación)

¿QUÉ PODEMOS HACER?

La metanfetamina cristalizada perjudica a comunidades enteras. Las acciones comienzan con la educación, por ello el primer paso es aprender tanto como se pueda acerca de la droga, incluyendo cómo reconocerla y cómo detectar su uso, producción y venta. Puede encontrar recursos y apoyo en su comunidad a través de las agencias policiales, de salud mental y los hospitales, por nombrar algunos y también en Internet en organizaciones como *Partnership for a Drug-Free America*, *National Drug Information Center* y *Life or Meth*.

RECURSOS

CBC News Indepth: Drugs

Crystal Meth Anonymous

Life or Meth

National Drug Information Center

The Partnership for a Drug-Free America



Connect with Kids

Sólo una vez

Consejos para los padres

LO QUE DEBES SABER

LAS SEÑALES DE ALERTA

Expertos del Partnership for a Drug-Free America alertan a los padres sobre cualquiera de las siguientes señales porque podrían indicar reciente uso de metanfetamina cristalizada:

- **Incapacidad de dormir** – Cambios en los patrones de sueño del adolescente, especialmente si se queda despierto toda la noche después de un día largo
- **Actividad física con nerviosismo** – Inquietud constante, toquetearse o rascarse la piel
- **Pérdida del apetito** – Pérdida del interés en la comida; rápido adelgazamiento
- **Euforia** – Estar atento y tener energía extrema, incluso hasta después de haber pasado muchas horas sin haber dormido
- **Aumento de la respiración y/o aumento en la temperatura corporal** – Quedarse sin aliento sin motivo aparente, esto se debe a un aumento del ritmo cardíaco provocado por la droga
- **Quemaduras, hemorragia nasal o marcas en la piel** – Si tiene extrañas quemaduras en la boca o en los dedos por fumar metanfetamina a través de una pipa de metal o de vidrio; inhalar metanfetamina puede provocar hemorragias nasales o destruir el septum nasal; marcas intravenosas por inyectarse la droga pueden aparecer en los brazos
- **No importarle su apariencia** – Quienes usan metanfetamina generalmente pierden interés en su higiene y arreglo personal
- **Violencia y agresión** – La metanfetamina afecta el sistema nervioso central, lo que puede causar cambios de humor enormes y con frecuencia provocan comportamiento hostil o violento
- **Engaños y secretos** – Es impreciso acerca de sus planes y no informa sobre a dónde va y con quien se vé
- **Implementos para inhalar e inyectarse** – Hojillas, espejos, popotes/pajitas/pitillos, jeringas, cucharillas, sondas médicas – son parte de la parafernalia de quienes usan drogas
- **Alejamiento de amigos y familiares** – Una persona que usa metanfetamina tiene sólo un grupo de amigos: aquellos que le proveen la droga y otros drogadictos con quien se junta para drograrse

Dependencia y adicción a la metanfetamina cristalizada ocurre rápidamente y fácilmente y es extremadamente difícil de superar. El abuso prolongado puede causar psicosis, alucinaciones, paranoia, perturbaciones en el humor y actividad motora repetitiva. Los adictos pueden perder peso dramáticamente, dañan su memoria y con mucha frecuencia padecen apoplejías, insuficiencia hepática o cardíaca.



Connect with Kids

Sólo una vez

Consejos para los padres *(continuación)*

QUÉ PUEDE HACER

Estadísticas nacionales muestran cómo los jóvenes comienzan a experimentar con cigarrillos, alcohol y drogas a la temprana edad de 12 años, por ello la primera línea de defensa es una ofensiva temprana. Infórmese sobre las drogas y el abuso de las mismas en su comunidad. Hable con sus hijos – no sólo una vez sino varias veces – sobre los peligros de las drogas y las consecuencias emocionales, psicológicas, físicas y legales del uso y abuso de drogas de cualquier tipo. Comprenda que viven bajo una presión enorme por parte de sus compañeros, pero también sea firme en sus límites acerca del comportamiento y las actividades que son aceptables y las que no lo son. Apoye sus esfuerzos para mantenerse alejados de las drogas o para superar el uso de las mismas. Antes que nada, busque ayuda en su comunidad, y sepa que usted no está solo(a) en la lucha contra la metanfetamina cristalizada.

RECURSOS DE AYUDA

CBC News Indepth: Drugs

Crystal Meth Anonymous

Life or Meth

National Drug Information Center

The Partnership for a Drug-Free America

SAMHSA's National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information



Connect with Kids

Para
el salón
de clases

Sólo una vez

Plan de estudios para los grados 6-8

La olla de presión de los compañeros

PROYECTO Y PROPÓSITO

En la parte final del documental los alumnos ven a Danny, un chico de 17 años, hijo de padres adictos a la metanfetamina, presente en una reunión de un grupo de apoyo que le ayuda a superar el problema de la adicción de sus padres y también a continuar diciendo enfáticamente “¡NO!” a la metanfetamina cristalizada. Su grupo le ayuda a no sucumbir al uso de la droga y a vivir libre de esta. En esta lección los alumnos practicarán las maneras de decir “No” a las drogas, sustancias y situaciones riesgosas.

OBJETIVOS

Los estudiantes deberán ...

- Pensar en maneras de decir “No.”
- Ejercitar las mismas en actividades donde actúen las diferentes situaciones.

MATERIALES

- Pizarra / proyector
- Papel
- Lápices/bolígrafos
- Lugar abierto para “ensayar y actuar”

PROCEDIMIENTO

1. Pida a los alumnos que utilicen sus destrezas para la toma de decisiones que practicaban en la primaria. Pregunte: *¿Cómo tomaste decisiones en torno a temas importantes? ¿Qué hiciste? ¿Cómo lo pensaste? Cuando no querías hacer algo, ¿qué decías?*
2. Pregúntele cómo manejaban la presión de los compañeros cuando eran más pequeños. *¿Qué tipos de cosas le decían a sus amigos cuando no querían hacer algo? Escriba esas frases en la pizarra.*
3. Haga la comparación y el contraste entre lo que hicieron y dijeron cuando eran pequeños y ahora. Pregunte: *Si las situaciones son iguales o diferentes. Si dicen las mismas cosas. ¿Cómo dicen ahora “No”?* Haga una lista en la pizarra de estas frases para decir “No”.
4. Explique las ventajas de practicar o preparar frases o acciones para decir “No” antes de que se presenten las oportunidades de comportamiento arriesgado.
5. Haga grupos de no más de cuatro personas, dele a cada grupo una situación donde se tenga que lidiar con la presión de los compañeros y deban decir “No”. (Nota: hallará un listado de posibilidades al final de la lección.) Cada grupo debe enumerar las posibles consecuencias para decir “No” al igual que las de decir “Sí”. *¿Qué pasaría si sucumben a la presión de sus compañeros? ¿Qué pasaría si no?*
6. Cuando hayan terminado de prepararse, diga a los grupos que actúen la situación. Cada participante del grupo debe tener un papel en la escena, así sea para narrarla o introducirla. Permita a cada grupo aproximadamente 10 ó 15 minutos para practicar sus escenas.



Connect with Kids

Para
el salón
de clases

Sólo una vez

Plan de estudios para los grados 6-8

La olla de presión de los compañeros *(continuación)*

7. Haga que cada grupo presente su escena y pida al resto de la clase que debata si la decisión que se tomó fue arriesgada o no. ¿Por qué? Recuerde que no discutirán la actuación en sí, sino las decisiones que se tomaron en la escena. Si la decisión fue arriesgada o peligrosa, pida a la clase que presente una solución alternativa realista.
8. Una vez que todas estas presentaciones hayan concluido, pídale que escriban una respuesta a la siguiente situación: piensen en una cosa en sus vidas que sea tan importante que no la perderían o cambiarían, sin importar lo que piensen sus amigos. ¿Cómo manejarían una situación en la que sus amigos le pidieran que dejaran o hicieran algo que le impidiera para siempre hacer eso tan importante, por el resto de sus vidas?

EVALUACIÓN

- ¿Comprendieron los alumnos el concepto de presión de los compañeros?
- ¿Contribuyeron los alumnos a la discusión sobre las maneras presentes y pasadas de decir “No”?
- ¿Participó cada alumno en los grupos pequeños, a la creación, discusión, ensayo y presentación de la escena?
- ¿Cada alumno escribió una respuesta a la actividad?

ESCENARIOS POSIBLES

1. A la mayoría de tus amigos les gusta robar en tiendas y quieren que participes con ellos de su próxima fechoría.”
2. Tu amigo(a) te invita a una fiesta pero sabes que sus padres no estarán en casa sino su hermana(o) mayor.
3. La puerta de la piscina/alberca de la urbanización quedó abierta en la noche y tus amigos te invitan a tomar ventaja de la situación.
4. Te acaban de aceptar en el equipo de fútbol pero por un margen muy pequeño. Los demás compañeros de equipo son más altos y musculosos que tú y sabes que te puedes poner a la par de ellos usando unas pequeñas píldoras regularmente, igual que ellos hacen.
5. Un grupo de amigos decide irse de la escuela el jueves para ir a un juego de beisbol y te invitan a ir con ellos.
6. Ves a tus mejores amigos de tu ex-escuela fumando en la parte de atrás del colegio. Te ofrecen un cigarrillo.
7. Vas en el tren camino a un concierto con un grupo de amigos. Uno de ellos te ofrece una botella llena vodka y jugo de naranja.
8. Al terminar la película, tus amigos te invitan a conocer a unos “amigos” sospechosos que están en la parte trasera del cine.



Connect with Kids

Para
el salón
de clases

Sólo una vez

Plan de estudios para los grados 9-12

Conocer los hechos en su totalidad

PROYECTO Y PROPÓSITO

El documental muestra historias horripilantes sobre adictos a la metanfetamina cristalizada y las terribles consecuencias de su vicio. Sin embargo muchos adolescentes todavía creen que son invencibles y que pueden evitar caer en la adicción: “Nunca me pasará a mí.” En esta lección los adolescentes investigarán los hechos que refutan los “atractivos” que muchas veces les presentan compañeros que los alientan a probar la metanfetamina cristalizada.

OBJETIVOS

Los alumnos deberán ...

- Investigar los hechos detrás del señuelo de la metanfetamina.
- Analizar los métodos para descubrir la verdad.
- Escribir una respuesta personal sobre lo que es descubrir la verdad acerca de un tema.

MATERIALES

- Pizarra/proyector
- Papel
- Lápices/bolígrafos
- Materiales de apoyo
- De ser posible, acceso a Internet

PROCEDIMIENTO

1. Comience la clase con una charla en donde se discutan los señuelos de la metanfetamina. Pregunte: *¿Qué es un señuelo? ¿Quién se aprovecha de ellos y por qué? Explique la analogía: Una tentación es para un pez como un aviso publicitario para un adolescente.*
2. Recopilar una lista de los señuelos que les atraían cuando eran pequeños. Esto podrá incluir ejemplos como los caramelos, juguetes u otras actividades que querían cuando eran niños o incluso cosas que les atraen actualmente. Discuta si alguna vez “cayeron” en la tentación y cuáles fueron las consecuencias. *¿Tuvieron una buena experiencia? ¿Por qué sí o no?*
3. Compárelo con la publicidad actual. *¿Qué productos o servicios anunciados en televisión han sido creados para atraerlos? ¿Han probado algunos de estos productos o servicios? ¿Dio resultado el producto? ¿Cuáles fueron las consecuencias?*
4. Pregunte: *¿De qué cosas tratan de convencerte tus amigos, compañeros o miembros de tu comunidad? ¿Son cosas buenas o malas? ¿Cómo lo sabes? ¿Qué te dicen? ¿Te hablan sobre las consecuencias? Elabora tus respuestas.*
5. Explique que muchas veces las personas tratan de convencer a los demás de que compren, hagan o prueben cosas, asegurando que son cien por ciento “verdad” pero ignoran por completo las consecuencias. Con las drogas, este siempre es el caso y en especial con la metanfetamina cristalizada.



Connect with Kids

Para
el salón
de clases

Sólo una vez

Plan de estudios para los grados 9-12

Conocer los hechos en su totalidad *(continuación)*

6. Escriba cada uno de los señuelos de la lista en la pizarra o en el proyector o en hojas de papel.
SEÑUELOS PARA USAR METANFETAMINA CRISTALIZADA:
 - La metanfetamina te da un placer extraordinario
 - Te hace ver y sentir sexy
 - Nunca te descubrirán haciéndola porque los ingredientes se consiguen en la farmacia y la ferretería
 - La metanfetamina te ayuda a quedarte despierto toda la noche
 - Te ayuda a adelgazar
 - Te da la energía para limpiar, arreglar y organizarlo todo
 - Te da la confianza que necesitas para hablar con otras personas
 - Todo el mundo lo hace
7. Cree pequeños grupos de alumnos y asigne a cada uno de estos un señuelo. Su trabajo será investigar la “verdad” – para que encuentren los hechos que prueben el señuelo verdadero o falso. La segunda parte de su trabajo será escribir el señuelo como es en realidad. Pueden usar como recurso en Internet los siguientes sitios: Metanfetamina cristalizada anónimos, www.crystalmeth.org; Vida o Metanfetamina, www.lifeormeth.org; Centro nacional de información sobre las drogas, www.usdoj.gov; The Partnership for a Drug-Free America, www.drugfree.org.
8. Deles suficiente tiempo para que realicen su investigación, tendrán que anotar la bibliografía y los recursos que utilizaron, también tendrán que tomar notas y luego compartir con los demás compañeros lo que encontraron como “verdad”.
9. Pregunte a los estudiantes qué métodos usaron para hallar la verdad. ¿Cómo saben que se trata de una fuente confiable? ¿Qué hace que un adolescente crea la verdad en lugar del señuelo”?
10. ¿Cuál es la verdad más importante aprendida gracias a este ejercicio? (Respuesta posibles: siempre es mejor investigar o examinar las fuentes antes de comprar, creer o probar algo).
11. Haga que los alumnos escriban una respuesta personal en torno a esta actividad. ¿Cómo tratarás con las personas que utilicen contigo un “señuelo”?

EVALUACIÓN

- ¿Entendieron los alumnos el concepto de señuelo?
- ¿Participaron los alumnos de la discusión?
- ¿Cada alumno formó parte de un grupo pequeño para realizar y presentar la investigación?
- ¿Escribió cada alumno una respuesta a la actividad?



Connect with Kids

Sólo una vez

Preguntas para la discusión

COMIENZO

1. Describe lo que alcanzaste a vislumbrar sobre “el oscuro y secreto mundo de la metanfetamina” que viste en los dos primeros minutos del documental.
2. ¿Por qué la metanfetamina cristalizada es la droga más repudiada por la policía?
3. ¿Por qué el cerebro de un adolescente es más susceptible al daño permanente por el uso de la metanfetamina cristalizada, que el cerebro de una persona adulta?

PRIMERA PARTE

1. Describe la adicción de Jamie Kane. ¿A qué le atribuye su adicción?
2. ¿Qué es la dopamina? ¿Cómo afecta la metanfetamina cristalizada a la dopamina? ¿Qué provoca esto en la persona que consume metanfetamina cristalizada?
3. ¿A qué se refiere Jamie cuando dice, “todo es controlado por la metanfetamina, todo lo que haces”?
4. ¿Crees que tiene validez la explicación de Jamie al aseverar que su padre debió haber sido más estricto con ella o, más bien, crees que es un excusa? Elabora tu respuesta.

SEGUNDA PARTE

1. ¿Qué le pasó a Mike Murphy cuando su laboratorio de metanfetamina explotó? ¿Por qué no recibió tratamiento inmediatamente? ¿Qué conclusión sacas en torno a los “amigos” que se hacen a través de la metanfetamina?
2. ¿Crees que el hecho de haber salido del equipo de beisbol contribuyó a su adicción a la metanfetamina?
3. ¿En qué lugar de Estados Unidos las autoridades registran el mayor uso de metanfetamina? ¿Qué pasaría si se expande a otras partes del país?

TERCERA PARTE

1. ¿Cómo se sintió Meghanne Gorgone cuando usó por primera vez la droga?
2. ¿Cómo le afectó la droga físicamente?
3. ¿Cómo la metanfetamina afectó a sus neurotransmisores y su nivel de dopamina? ¿Qué le supone esto de por vida?
4. ¿Por qué a Meghanne muchos la consideran “un milagro”?
5. ¿En qué ayudó a Danny su grupo de apoyo? ¿A dónde asiste?
6. ¿Por qué el orientador especialista en abuso de drogas, Armando Corpus, asegura que “no está bien que los padres se sientan cómodos con la experimentación de drogas por parte de los hijos”?
7. ¿Concuerdas o rechazas su postura?
8. ¿Estás de acuerdo o en desacuerdo con el consejo a los padres que Mike Murphy ofreció al final? Elabora tu respuesta.



Connect with Kids

Sólo una vez

Preguntas para la reflexión

1. ¿Por qué los jóvenes prueban la metanfetamina cristalizada? ¿Por qué no la dejan?
2. ¿Enumera algunos síntomas del uso de metanfetamina cristalizada?
3. ¿Crees que la mayoría de los jóvenes no utilizarían metanfetamina si supieran la realidad sobre la adicción? ¿Por qué?
4. ¿Crees que los padres pueden convencer a sus hijos para que no usen drogas como la metanfetamina cristalizada? Elabora.
5. ¿Cómo pueden los padres encontrar el equilibrio entre ser demasiado controladores y demasiado complacientes?
6. ¿Por qué es tan difícil para los adictos a la metanfetamina cristalizada, salir del vicio?
7. ¿Cómo se puede hacer para mantener a cualquier persona, especialmente a los jóvenes de 12 y 13 años, alejados de la metanfetamina cristalizada?
8. El documental no habla del tratamiento efectivo que Meghanne Gorgone recibió, sólo dice que es una de las pocas historias de adictos a la metanfetamina cristalizada que pudieron superar su adicción. ¿Qué crees que fue lo que funcionó en su caso? ¿Qué es lo que debe cubrir un buen plan de desintoxicación de metanfetamina cristalizada para ser efectivo? ¿Por qué?
9. ¿En tu vida existe algo que quieres dejar de hacer y que es difícil para ti superarlo? ¿Cómo has logrado hacerlo?
10. Teniendo en cuenta lo que ahora sabes sobre la metanfetamina cristalizada, ¿la usarías alguna vez? ¿Por qué? ¿Cuál sería la manera más efectiva de mantenerte alejado de la metanfetamina cristalizada? ¿Has sido testigo de esto?

Para más información

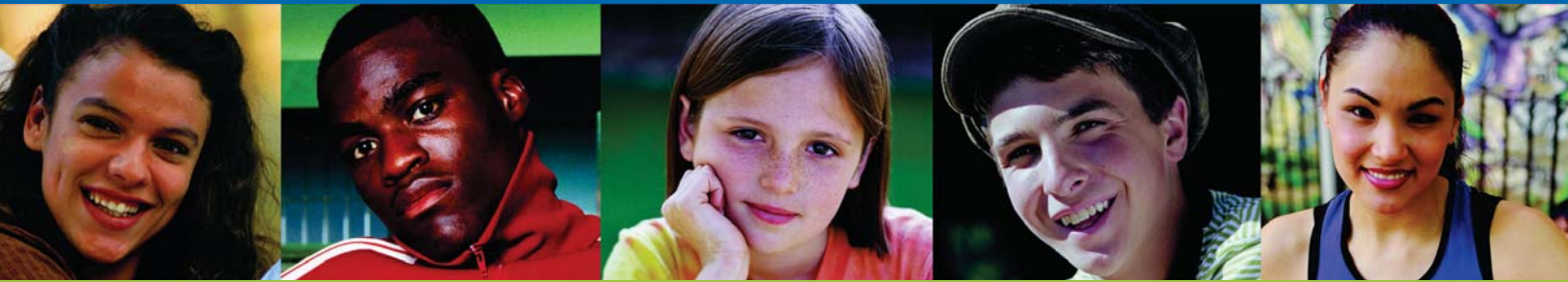


Connect with Kids

sobre Connect with Kids o La importancia de la esperanza, por favor llame al (888) 598-KIDS (5437) o envíe un mensaje electrónico a sales@cwknetwork.com

Metanfetamina (metanfetamina)

Droga estimulante, relacionada químicamente a la anfetamina pero con mayor efecto en el sistema nervioso central; en la calle se la conoce como “speed,” “meta,” “cristal” y “crank.”



Sólo una vez

Tanto para las autoridades policiales como para los agentes de la DEA, la metanfetamina es la droga que más detestan. Es barata, fácil de hacer y muy adictiva – incluso después de un solo uso. “La Meta” está acabando con áreas rurales y pueblos enteros de Estados Unidos – y se está esparciendo. Conozca sus devastadores riesgos a la salud y lo peligroso que es esta conducta, así como lo que algunas personas están haciendo para combatirla.

Este programa especial ha sido producido por el equipo televisivo especializado en educación de CWK Network, Inc.

CWKNetwork
Connect with kids.

Teléfono 1.888.598.KIDS
www.connectwithkids.com