



ABRE EL CHOCOLATE / DEDOS TORPES

Temática: Todas las drogas

Objetivo: Los participantes harán conciencia sobre los riesgos y consecuencias del uso de las drogas a través de una dinámica y reflexión.

Tiempo: 10 minutos.

Materiales:



Chocolates estilo “kisses”
(con envoltura difícil) o
mazapanes – dos por alumno.



Un par de guantes
por persona (opcional
para aplicar variante
de la actividad)

Listado de actividades:

- ▶ Para esta actividad el agente colocará dos chocolates (o mazapanes) por alumno, ya sea frente a cada uno de ellos o ponerlos todos en una mesa central.
- ▶ El agente preventivo pedirá a él o los participantes que tomen uno de los chocolates (o mazapanes) que tienen enfrente y que le quiten la envoltura. Si se les permite, se lo pueden comer.
- ▶ Se les pedirá que tomen el otro chocolate (o mazapán). El agente mencionará que ahora el reto está en que deberán quitarle la envoltura al dulce, pero que tienen prohibido utilizar sus manos o que alguien más los ayude.
- ▶ Después de darles un minuto para intentarlo, se comenzará con las preguntas de reflexión para que compartan sus respuestas al grupo y dialoguen al respecto. A continuación las preguntas de reflexión:
 - ▷ ¿Cuál de los dos chocolates (o mazapán) fue más fácil de abrir?, ¿consideras que fue lo mismo abrir el chocolate (mazapán) sin una parte de tu cuerpo?, ¿por qué?, ¿qué sentiste?
 - ▷ **Reflexión:** “Pues lo mismo sucede con el consumo de drogas, el cerebro se atrofia y deteriora, lo que hace que no funcione igual que siempre. Está comprobado que con cualquier tipo de droga, el cerebro comienza poco a poco a perder funciones. Se pueden perder desde funciones complejas (que toma tiempo ver el deterioro), hasta las funciones más básicas, como la respiración y/o el latido del corazón.



Esta pérdida puede ser tan lenta que al inicio es probable no darse cuenta de los efectos negativos, ya que podrían no ser tan visibles, pero sí que se están teniendo efectos desde el primer consumo. Estos, tarde o temprano se verán reflejados.

- ▷ Por último, esa frustración que sentiste al no poder usar tus manos para quitar la envoltura al chocolate (mazapán), es lo mismo que tu cuerpo siente cada que se consume algún tipo de droga; porque le estás quitando funciones, habilidades, herramientas; le estás quitando todo lo que aprendiste, tus recuerdos, tu capacidad para ser bueno en el deporte, para bailar... Tú mismo te estás quitando la capacidad de ser una persona completa, exitosa, con sueños cumplidos. No te quites tú mismo esa oportunidad de ser la mejor versión de ti, quitándole habilidades a tu propio cerebro.”
- ▶ La variante de la actividad será en la segunda parte, donde deberán intentar abrir el chocolate pero con los guantes puestos, haciendo la actividad más complicada. En este caso, las preguntas que el agente preventivo hará al grupo son:
 - ▷ ¿Qué tan difícil fue desenvolver el chocolate (mazapán) sin guantes? ¿Y con los guantes puestos?
 - ▷ ¿De qué forma los guantes dificultaron la actividad?
 - ▷ ¿Cómo crees que esta actividad se relacione con el consumo de sustancias?
 - ▷ ¿Qué actividad de tu vida diaria se vería afectada por el consumo de sustancias?
 - ▷ ¿Crees que hay más personas afectadas además del que consume? ¿Por qué sí? ¿Por qué no?
 - ▷ ¿Crees que una persona que consume sustancias tenga una vida normal?
- ▶ Si se aplicó la actividad con los guantes, la **reflexión** final la guiará el agente con la siguiente idea general: Las sustancias son dañinas: dañan a nuestro cuerpo, dañan la realización normal de actividades, dañan las relaciones humanas, ¿qué necesidad de consumir algo que solo va a traer daños, dolor, tristeza, frustración y desesperación? ¿qué necesidad de que alguien más se preocupe, sufra o se incomode por nuestros actos que pueden repercutir en el bienestar de los demás?

Recomendaciones:

La actividad funciona muy bien para alumnos en los que ya se identificó el consumo de algún tipo de droga.