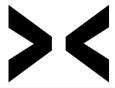




Compito	<ul style="list-style-type: none">➤ Definire che cos'è un'ubriacatura
Competenze	<ul style="list-style-type: none">➤ Le scolare e gli scolari conoscono i rischi dell'ubriacatura.➤ Sanno cos'è uno stato di ebbrezza.➤ Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21: ERC.5.1.c, ELED.4.1.b, ELED.4.2.a
Svolgimento	<ul style="list-style-type: none">➤ Porre le domande, discuterle in gruppi formati di 3 o 4 allieve/allievi (metodo «gruppo di esperti»)➤ Feedback della discussione nel gruppo classe e rispondere assieme alle domande conclusive (vedi riflessione finale)
Tempo	<ul style="list-style-type: none">➤ 20 minuti
Domande	<ul style="list-style-type: none">➤ Che cosa significa «prendersi una sbronza»?➤ Che cosa può succedere a una persona ubriaca?➤ Come ci si accorge di essere «sbronzi»?
Compito	Porre le domande e chiedere agli allievi di discuterle in piccoli gruppi. L'insegnante raccoglie le idee e le completa con l'aiuto delle informazioni elencate di seguito.
Suggerimenti	L'alcol è una sostanza che, anche se assunta in piccole quantità, può portare a un'intossicazione del sistema nervoso centrale. Il termine scientifico «ubriacatura» sta per consumo eccessivo di alcol—in altre parole, la persona beve più di quanto le fa bene. La sbronza produce uno stato di generale malessere, disturbi fisici e psichici. Questi ultimi si manifestano in una riduzione della capacità di reazione, di giudizio e di controllo, così come in una generale difficoltà di concentrazione e di orientamento. Da un punto di vista medico, dopo aver bevuto quattro o cinque bicchieri di una bevanda alcolica, si parla di stato di ebbrezza o di intossicazione.
Riflessione finale	Chiedere ai gruppi di presentare brevemente gli aspetti centrali emersi durante la discussione ed evidenziare le conseguenze di un'ubriacatura: Quali sono i possibili rischi per l'organismo e quali sono le ripercussioni sul comportamento di una persona?
Materiale	Informazioni supplementari per l'insegnante (pag. 2)



Possibili rischi di un'ubriacatura (per la salute e il comportamento)

- > Suscettibilità e cattivo umore, perdita delle amicizie, calo della motivazione e dell'interesse, scarso controllo dei propri sentimenti, degrado del proprio stato di salute, peggioramento delle prestazioni scolastiche, problemi di memoria, difficoltà finanziarie, mancanza di autocontrollo, dipendenza da alcol
- > Con un tasso alcolico superiore allo 0,8 per mille, una persona corre il rischio di sopravvalutarsi o di comportarsi in maniera troppo disinibita. Per questo motivo, le persone in stato di ebbrezza o ubriache si comportano in maniera poco assennata (rischio di incidenti, uso della violenza, rapporti sessuali non protetti, aggressioni verbali, stupri, ecc.)
- > Le fasi dell'intossicazione alcolica: con un tasso alcolico dell'uno o del due per mille, si raggiunge lo stadio dell'ubriacatura. La perdita di coscienza (coma etilico) subentra con un tasso alcolico nel sangue che varia dal tre al cinque per mille. Il coma etilico può causare la morte per arresto respiratorio o soffocamento per vomito.

Fonte: Dipendenze Svizzera, 2014

- > A volte, un gruppo di persone che ha alzato troppo il gomito non riesce a valutare e a reagire in maniera adeguata quando è confrontato con una situazione di intossicazione d'alcol. Per esempio, il gruppo non richiede l'intervento del personale sanitario per l'ospedalizzazione tempestiva della persona interessata; un comportamento che potrebbe avere gravi conseguenze per la salute dell'amico/a o, nel peggiore dei casi, causarne la morte.
 - Che cosa dobbiamo fare in caso di intossicazione da alcol? A chi chiediamo aiuto?
 - Chi deve essere informato dell'accaduto?
 - Quali sono le conseguenze per le persone coinvolte, se non agiscono in maniera corretta?

Queste domande sono trattate in maniera dettagliata in un'unità didattica separata. È possibile scaricare il documento PDF dal sito:

twww.be-freelance.net > Tabacco/alcol/cannabis > «Ebbrezza e rischio», alcol, 2 lezioni (Ubriacatura e rischio, A/2)

- > Uno smodato consumo di alcol sul lungo periodo causa steatosi epatica, disturbi cardiaci, nevrite (infiammazione dei nervi), cancro, impotenza, danni cerebrali e allucinazioni.
- > L'assunzione eccessiva di bevande alcoliche ha un impatto negativo sulla crescita nei giovani, riduce la produzione degli ormoni della crescita e lo sviluppo del cervello.
- > Chi assume alcol, mischiandolo con sostanze psicoattive (medicamenti, canapa) mette ulteriormente a repentaglio la propria salute.