



## **Sistema didattico *L'alcol nel corpo* Proposta didattica n. 1**

# **Che cosa so? Verifica delle conoscenze (quiz)**

## **Informazioni per gli insegnanti**

Il sistema didattico prevede un quiz con dieci semplici domande a cui gli allievi possono rispondere individualmente. Questo quiz è invece più complesso e le risposte possono essere in seguito discusse e commentate in classe.

### **Riferimento al sistema didattico**

Questo esercizio fa riferimento a tutte le informazioni contenute nel sistema didattico.

### **Obiettivo**

Gli allievi verificano e completano le loro conoscenze su quel che accade con l'alcol all'interno del corpo umano.

### **Utilizzo**

L'esercizio può essere eseguito in due modi.

In piccoli gruppi: gli alunni rispondono al quiz. Al termine, i risultati dei vari gruppi sono discussi e commentati in classe.

Individualmente: ogni allievo risponde da solo alle domande. Al termine, i risultati sono discussi e commentati in classe.

### **Tempo necessario**

1-2 lezioni

### **Fonti per l'insegnante**

Tutte le fonti citate si trovano sul sito di Dipendenze Svizzera

[www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch), Rubrique Matériel d'information  
[www.suchtschweiz.ch](http://www.suchtschweiz.ch), Rubrik Informationsmaterial

- Sistema didattico in linea, in particolare i capitoli *Che cos'è l'alcol*, *Gli effetti sul cervello*, *Gli effetti sugli organi* e *L'eliminazione dell'alcol*.
- Quaderno n. 2 *Les jeunes et l'alcool: L'alcool dans le corps – effets et élimination / Jugendliche und Alkohol: Alkohol im Körper – Wirkung und Abbau*
- Quaderno n. 4 *Les jeunes et l'alcool: Alcool et ivresse: entre risques et plaisir / Jugendliche und Alkohol: Alkohol und Rausch – zwischen Risiken und dem Wunsch nach Entgrenzung*

Accogliamo con piacere suggerimenti e osservazioni all'indirizzo [alcolnelcorpo@dipendenzesvizzera.ch](mailto:alcolnelcorpo@dipendenzesvizzera.ch).

**Dipendenze Svizzera**  
Av. Louis-Ruchonnet 14  
Casella postale 870  
CH-1001 Lausanne  
Tel. 021 321 29 11  
[www.dipendenzesvizzera.ch](http://www.dipendenzesvizzera.ch)



**Verifica che cosa sai dell'alcol!  
Attenzione, in alcuni casi le  
risposte giuste sono più di una!**



## Quiz

### 1. Perché l'alcol fa rapidamente effetto sul cervello?

- A. Perché il cervello è molto ben irrorato
- B. Perché per l'alcol esiste uno speciale legame diretto tra stomaco e cervello
- C. Perché l'alcol giunge rapidamente al cervello tramite la circolazione sanguigna
- D. Perché le molecole di alcol sono grandi

### 2. Che cos'è l'alcol?

- A. Una bomba calorica
- B. Una sostanza solubile in acqua
- C. Un prodotto non tossico
- D. Una droga

### 3. Quale sistema riveste un ruolo importante nello sviluppo di una dipendenza?

- A. Il sistema respiratorio
- B. Il sistema endocrino
- C. Il sistema della ricompensa
- D. Il sistema immunitario

### 4. Si può ridurre il tasso alcolemico bevendo caffè?

- A. Sì, ma solo se se ne bevono almeno due tazze
- B. No, niente permette di ridurre l'alcolemia
- C. Solo se il caffè è salato
- D. Sì, se se ne beve una tazza dopo l'ultimo bicchiere di alcol

### 5. L'alcol riscalda il corpo?

- A. Sì, perché contiene molte calorie
- B. I superalcolici riscaldano perché sono più forti
- C. No, anzi, si perde calore bevendo alcol
- D. Sì, perché l'alcol chiude i pori della pelle evitando così la dispersione di calore



## 6. Che effetto ha l'alcol sul cervello?

- A. Con l'alcol, il cervello funziona più rapidamente
- B. L'alcol stimola il sistema della ricompensa ma rallenta le altre funzioni principali del cervello
- C. Il cervello può smettere di funzionare: troppo alcol uccide
- D. L'alcol non ha alcun effetto sul cervello

## 7. Per ridurre il tasso alcolemico si può...

- A. ballare o correre per sudare
- B. assumere vitamina A o C
- C. dare tempo al tempo
- D. bere molta acqua per eliminare l'alcol con l'urina



## 8. In quale bevanda si trovano 10-12 grammi di alcol puro?

- A. 5 dl di birra (5%vol.)
- B. 1 dl di vino (12%vol.)
- C. 3 dl di birra (5%vol.)
- D. 2 dl di prosecco (12%vol.)

## 9. Perché l'alcol è una droga?

- A. Perché può rendere dipendenti
- B. Perché è vietato venderlo ai minori di 18 anni
- C. Perché può far ubriacare
- D. Perché agisce sul cervello e modifica le nostre percezioni e i nostri comportamenti

## 10. Quali organi possono essere danneggiati da un abuso di alcol?

- A. Il cervello
- B. Il fegato
- C. Lo stomaco e l'intestino
- D. Il cuore
- E. Gli occhi



Risposte corrette:

1:A,C/2:A,B,D/3:C/4:B/5:C/6:B,C/7:C/8:B,C/9:A,C,D/10:A,B,C,D,E