



POLI-FIESTA

NEWSLETTER

Universidad Politécnica de Puerto Rico

FALL-24

#PASALLAVE

An aerial photograph of a winding asphalt road that curves through a dense, green forest. Several cars are visible on the road, including a red car, a white car, a blue car, and a black car. The road has white dashed lines and a solid white line on the edge. The forest is lush and green, with some trees showing signs of autumn. The overall scene is peaceful and scenic.

CONTENIDO

PÁGINA 1

Ley 22 Del 2000

PÁGINA 2

Carros
Email
Póster

PÁGINA 3

Día de prevención
Residencia
Paso Peatonal

PÁGINA 4

Charlas y Mesas
Redes Sociales

PÁGINA 5

Importancia del
Mensaje

PÁGINA 6

Mezclar Alcohol
con Drogas

PÁGINA 7

Peatones

PÁGINA 8 & 9

Facilitadores



LEY 22 DEL 2000

Según la LEY 22 DE VEHÍCULOS Y TRÁNSITO DE P.R., 2000, será ilegal, que cualquier persona conduzca o haga funcionar un vehículo de motor, cuando su contenido de alcohol en su sangre sea de ocho (8) centésimas del uno (1) por ciento (.08%), o más, según surja tal nivel o concentración del análisis químico o físico de su sangre o aliento.



Límites de alcohol en la sangre para conducir en Puerto Rico:

- 0.0% - menores de 18 años
- 0.02% - personas entre 18 a 20 años
- 0.08% - personas mayores de 21 años (vehículos livianos)
- 0.02% - conductores de camiones, motociclistas, guaguas escolares, vehículos pesados de motor.

CARROS, EMAIL, Y POSTER



CARROS

En Poli-Fiesta, adoptamos diversas maneras para orientar a la comunidad estudiantil acerca de aspectos legales y de salud relacionado al consumo de alcohol y drogas. Quizás hayas notado flyers en tu vehículo con información relacionada a los límites de alcohol en la sangre para poder conducir, o información acerca de los efectos negativos asociados con el consumo del alcohol. De esta manera esperamos concientizar a los estudiantes en el momento que estén detrás del guía.



EMAIL Y PÓSTER

Este trimestre, los estudiantes de Poli-FIESTA han trabajado para brindarles más información a nuestra comunidad Politécnica. Si caminas por nuestro recinto encontrarás diversos flyers y pósters con información vital para la seguridad al conducir.





SEMANA DE PREVENCIÓN

Durante la semana del 1 al 7 de septiembre, Poli-FIESTA llevó a cabo varias iniciativas para educar sobre las consecuencias de conducir borracho. Se realizaron charlas dirigidas a estudiantes de nuevo ingreso, en las que se discutieron los peligros y efectos de manejar bajo la influencia del alcohol.

Además, se instaló una mesa informativa con la participación de la Comisión para la Seguridad en el Tránsito, ofreciendo recursos y orientación sobre la prevención de accidentes. A lo largo del campus universitario se colocaron letreros con mensajes que promovían la concienciación sobre la importancia de no guiar ebrio, y se renovó el paso peatonal para mejorar la seguridad vial en la comunidad estudiantil.



RESIDENCIA

Se entregaron los nuevos brochures para el hospedaje de estudiantes, con información sobre los límites de alcohol en la sangre para conducir un vehículo en Puerto Rico.



PASO PEATONAL

Los estudiantes de Poli-FIESTA renovaron uno de los pasos peatonales y añadieron un mensaje en contra de conducir borracho.

CHARLAS Y MESAS

Como parte de nuestra misión de concientizar a los compañeros estudiantes, les hemos brindado charlas educativas sobre la prevención de conducir bajo los efectos del alcohol. Estas charlas son interactivas y nos permiten interactuar con los estudiantes y que aprendan sobre los efectos del alcohol al conducir de manera divertida y con actividades que simulan dichos efectos. Agradecemos a las profesoras que nos han brindado la oportunidad de ofrecer estas charlas en sus secciones.

Durante esta temporada, se llevaron a cabo mesas informativas para que los estudiantes conocieran sobre los riesgos de manejar bajo los efectos de alcohol, y las posibles consecuencias.



REDES SOCIALES

FACEBOOK @Poli-FIESTA

INSTAGRAM @polifiesta



Conduce seguro y vive más. Síguenos para recibir consejos que te ayudarán a tomar decisiones responsables en cada trayecto. Además, al unirse a nuestra comunidad, estarás protegiendo no solo tu vida, sino también la de los demás, mientras juntos difundimos la importancia de no manejar bajo los efectos del alcohol. Al final del día, cada pequeña acción cuenta, y con tu apoyo, podemos hacer una gran diferencia.

#PASALALLAVE

POR QUE ES IMPORTANTE QUE LOS PARES LLEVEN EL MENSAJE



Como estudiantes universitarios, llevar el mensaje de "pasar la llave" entre compañeros es crucial porque hablar de par a par tiene un impacto genuino. Compartimos las mismas experiencias y desafíos, lo que nos permite influir directamente en las decisiones de nuestros amigos de una manera cercana y efectiva.

Cuando este mensaje se transmite entre iguales, se crea una cultura de cuidado mutuo. Al apoyarnos unos a otros, estamos construyendo una comunidad responsable y consciente, donde todos nos aseguramos de que nuestros amigos lleguen sanos y salvos a casa.



Fomentar la responsabilidad de no manejar bajo los efectos del alcohol no solo protege nuestras vidas, sino también las de quienes nos rodean. Designar a alguien que no haya bebido para conducir es un pequeño gesto que puede prevenir tragedias y garantizar que una noche divertida no termine en un accidente.





MEZCLAR ALCOHOL CON OTRAS DROGAS

Es crucial entender lo que implica de mezclar alcohol con otras sustancias debido a sus efectos complejos en el cuerpo. El alcohol, al ser un depresor del sistema nervioso central, interfiere con las funciones cerebrales y puede amplificar o alterar los efectos de otras sustancias con las que se combina.



Alcohol + Cannabis: Puede haber un aumento en el riesgo de hipotensión (coloración amarilla o blanca), náuseas, pérdida de fuerza y episodios de paranoia.



Alcohol + Éxtasis (MDMA): Existe un riesgo elevado de deshidratación, golpe de calor, náuseas y daño hepático. Adicionalmente, dado que el éxtasis es una sustancia alucinógena, puede aumentar la probabilidad de experimentar un "mal viaje."



Alcohol + Fármacos (que pueden ser estimulantes o depresores): Los efectos de los fármacos pueden ser atenuados o amplificados, generando combinaciones extremadamente peligrosas para el organismo.



El alcohol puede interactuar de manera peligrosa con medicamentos utilizados para tratar condiciones médicas crónicas. La combinación de alcohol con ciertos antihipertensivos puede reducir la eficacia de estos medicamentos y alterar la regulación de la presión arterial. Además el alcohol puede afectar la absorción y el metabolismo de medicamentos como los antidepresivos y los anticoagulantes, llevando a efectos secundarios inesperados y potencialmente peligrosos.

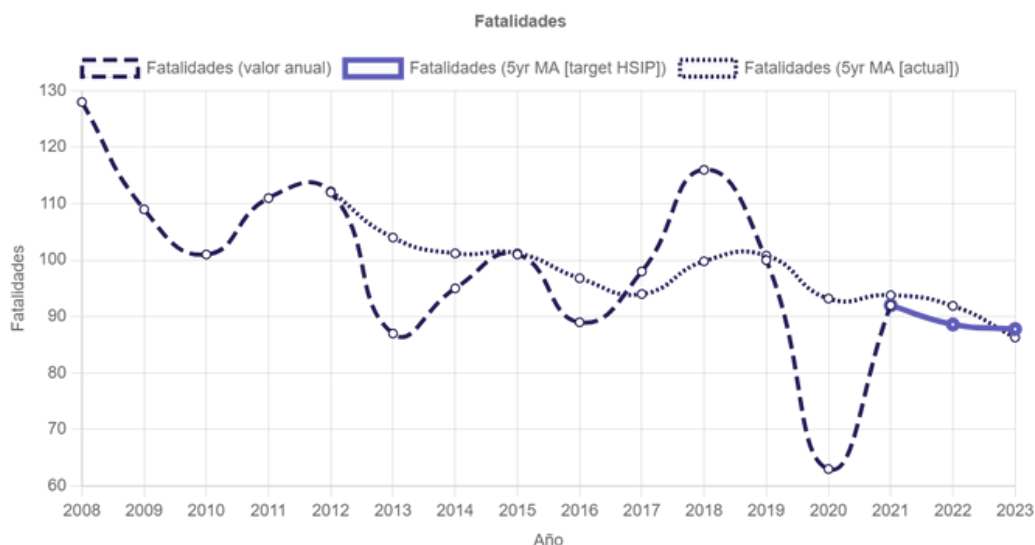
La interacción entre el alcohol y las sustancias recreativas como la cocaína o la marihuana, también puede tener consecuencias significativas. La cocaína puede contrarrestar algunos de los efectos depresores del alcohol llevando a un aumento del riesgo de comportamiento peligroso y una mayor carga en el sistema cardiovascular. A diferencia de la marihuana puede intensificar los efectos sedantes del alcohol aumentando la posibilidad de deterioro cognitivo y motor. En ambos casos la combinación puede resultar en una mayor dificultad para tomar decisiones y coordinar movimientos, lo que aumenta el riesgo de accidentes y lesiones.

PEATONES



En Puerto Rico, la proporción de muertes de peatones representó el 34% de todas las muertes por choques de tránsito entre 2014 y 2018. En el 2018 solamente, Puerto Rico tuvo 116 peatones fallecidos.

El objetivo es reducir el promedio en los próximos 5 años de las fatalidades de peatones de 100 a 92, y en adición, reducir el promedio de los heridos graves de peatones de 311 a 277.



Conducir borracho puede tener graves consecuencias legales, incluidos cargos penales, multas y encarcelamiento. También conlleva la responsabilidad moral y ética de garantizar la seguridad, ya que pone en peligro a todos en la carretera, incluidos los peatones. Es importante reconocer este riesgo a la hora de tomar la decisión de conducir borracho.

El 36% de las fatalidades de peatones resultaron en muestras positivas de contenido de alcohol en la sangre (BAC), con un promedio de 0.19%.

Fuentes: [Peatones - SHSP](#) ([carreterasegurapr.com](#)).

[PUERTO RICO TRAFFIC SAFETY COMMISSION - ANNUAL REPORT](#) ([pr.gov](#)).

FACILITADORES

ANTUANETTE DE JESUS

Quiero llevar el mensaje de PoliFIESTA para crear consciencia, ya que muchos jóvenes a nuestra edad son los que pasan por accidentes fatales, y que baje la estadística de los jóvenes con choques fatales



YARIANA BENGOCHEA

Quiero llevar el mensaje de PoliFIESTA porque es información que tiene que ser atendida y este grupo tiene la plataforma para hacerlo. Somos el único grupo de estudiantes en la universidad que atiende este tema.



CORALYS ROMERO

Quiero llevar el mensaje de poli-fiesta ya que para mi es importante orientar a mis pares acerca de los peligros asociados con el mal uso de sustancias controladas para así prevenir consecuencias irreversibles .



FACILITADORES

JONATHAN VEGA

Deseo llevar este mensaje porque reconozco que como país tenemos un problema con el consumo excesivo de alcohol y los efectos que esto causa, mi interés es poder vivir en un Puerto Rico mejorado y este es un buen punto para empezar.



ANGEL ALVARADO

Llevo el mensaje de Poli-FIESTA porque es una buena manera de aportar al bien de la comunidad. Educando e instruyendo a los jóvenes sobre los efectos nocivos del alcohol, y las graves consecuencias que puede causar si guías borracho es la manera en que apporto mi granito de arena para una mejor sociedad.

CRISTIAN GUZMAN

Quiero llevar el mensaje de beber responsablemente y de preferiblemente evitarlo, porque pienso que el alcohol es un problema severo en la cultura puertorriqueña. Las personas no son conscientes al utilizar el alcohol y muchas veces desconocen el gran daño que este provoca.

