

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE PUERTO RICO
VP DE GERENCIA DE MATRÍCULA Y SERVICIOS AL ESTUDIANTE**

POLÍTICA SOBRE USO Y ABUSO DE DROGAS, ALCOHOL Y TABACO

Ley Federal “Complying with the Drug –Free and Campuses Act Regulations (EDGAR Part 86)”

La Universidad Politécnica de Puerto Rico, por ser una institución de educación superior que recibe fondos federales se compromete a prohibir la manufactura ilegal, distribución, venta, posesión, transportación o uso de droga, alcohol y tabaco por parte de sus empleados y estudiantes dentro de las áreas de trabajo y estudio, facilidades físicas, incluyendo los terrenos y las áreas de estacionamiento de la Institución. Todo empleado y estudiante de la Universidad se compromete y obliga, a observar y atenerse a esta política.

Sanciones disciplinarias aplicables

Todo empleado y estudiante de la Universidad Politécnica de Puerto Rico que viole la citada política de la Universidad o que sea convicto bajo un estatuto criminal de droga por una violación ocurrida en el lugar de trabajo y/o estudio estará sujeto a los procedimientos disciplinarios de la Universidad, que podrían incluir entre otros; amonestación escrita, suspensión y/o expulsión. Además podría requerírsele la participación pertinente en un programa de rehabilitación de ayuda al empleado y/o estudiante.

La Universidad, por medio de este programa, hará un esfuerzo de buena fe para continuar con su política de un lugar de trabajo libre de drogas a través de la implantación continua de este programa.

Riesgos a la Salud

Efectos del tabaco en la salud

En los adultos, la exposición al humo del tabaco, representa un carcinógeno pulmonar humano, responsable de aproximadamente 3,000 muertes por cáncer pulmonar en los Estados Unidos. En los niños, su exposición al humo representa un factor de riesgo para la aparición de asma, infecciones respiratorias como bronquitis y neumonía. Otros efectos podrían ser los siguientes:

- Representa una de las primeras causas de muerte prevenibles

- Representa uno de los principales comportamientos de riesgo que puede propiciar cáncer en el pulmón, esófago, riñón, páncreas, cavidad oral, laringe, vejiga urinaria y leucemia.
- Aumenta el riesgo para un ataque al corazón y para las enfermedades de las arterias coronarias.
- Incrementa el riesgo de la aterosclerosis.
- El fumar representa un alto riesgo para adquirir diabetes tipo II (que surge en la edad adulta).
- Eleva el riesgo de úlceras estomacales.
- Aumenta el riesgo de condiciones pulmonares, tales como asma, bronquitis y enfisema.
- Para las embarazadas fumadoras, incrementa el riesgo de muerte infantil u otras complicaciones del futuro neonato.
- Aumenta la susceptibilidad de enfermarse con mayor frecuencia en comparación con los no fumadores.
- Cada cigarrillo que se fuma le resta un (1) minuto de vida al fumador.
- Disminuye el colesterol bueno (HDL).

Los daños que puede producir el alcohol en la salud

El alcohol al igual que otros depresores como los barbitúricos y las benzodiazepinas, produce una estimulación de la transmisión inhibitoria. Algunos de los efectos a la salud pueden ser:

- Cerebro
 - Pérdida de células y memoria; depresión y conducta agresiva
- Problemas con la visión, el habla y la coordinación
- Cáncer de garganta, boca, mama e hígado
- Corazón
 - Debilitamiento de los músculos, insuficiencia cardíaca
- Hígado
 - Sucesivamente acumula grasa, se inflama y se llena de cicatrices (cirrosis).
- Otros riesgos
 - Deficiencias inmunitarias, inflamación del páncreas y úlceras

El alcohol y el volante

Las medidas para limitar el consumo de alcohol por parte de los conductores son casi tan antiguas como el automóvil. Cuando alguien bebe con el estómago vacío, el volumen de alcohol en su sangre alcanzará el máximo nivel al cabo de media hora. Contrario a la creencia generalizada, ni el café,

ni el aire fresco, ni el ejercicio lo ayudarán a despejarse. Lo único que reducirá el efecto del alcohol sobre su cuerpo es el paso del tiempo. Da igual que sea vino, cerveza, o licor; si es una unidad de bebida estándar, tiene siempre el mismo contenido de alcohol.

Hasta en pequeñas cantidades, el alcohol merma las facultades del conductor. Se ve afectada la vista: las señales de tráfico parecen más pequeñas y se reduce la visión periférica, así como la capacidad de evaluar las distancias y fijar la mirada en objetos lejanos. Además, se enlentecen el procesamiento de datos, los reflejos y la coordinación.

En los accidentes suelen sufrir heridas más graves los conductores que han bebido. Además, el efecto del alcohol en el corazón y la circulación de la sangre reducen las probabilidades de supervivencia en caso de realizarse una intervención quirúrgica de emergencia. "Por consiguiente, a diferencia de lo que cree mucha gente, la mayoría de los fallecimientos relacionados con el alcohol corresponden a los propios conductores ebrios". En vista de los peligros, se recomienda:

- No beber cuando se vaya a conducir.
- No subir a un vehículo con un conductor que haya bebido.
- No permitir que los amigos o familiares conduzcan bajo los efectos del alcohol

Las Drogas y los efectos a la salud

Los estimulantes (cocaína, anfetaminas y metanfetaminas, alucinógenos y estimulantes menores donde se clasifica a las xantinas) ejercen un bloqueo sobre la inhibición, o una excitación de las neuronas en forma directa. Sus mecanismos de acción son variados y pueden explicarse por afectación fisiológica; por ejemplo, aumento de la despolarización neuronal, incremento de la cantidad de neurotransmisores disponibles, alargamiento de la acción de los neurotransmisores, debilitamiento de la membrana neuronal o reducción del tiempo de recuperación sináptica.

Dentro de las consecuencias de su uso o abuso están:

- Fantasías paranoides
- Deterioro en el proceso del pensamiento
- Deterioro en la capacidad de aprendizaje
- Alteraciones cardiovasculares
- Alto riesgo de rompimientos psicóticos
- Exposición a accidentes
- Apatía hacia las actividades cotidianas
- Explosiones de agresión
- Cambios desfavorables en actitudes escolares, familiares y sociales

- Vacío existencial
- Generan una dependencia muy intensa

Complicaciones orgánicas como daño al hígado, pulmón, riñón, irritación cerebral, pérdida de peso, desnutrición, deficiencias en el sistema inmunológico.

Información tomada de <http://www.salumed.com/Bienestar/html>

Programa de un lugar de trabajo libre de drogas

La Universidad Politécnica de Puerto Rico ha establecido un programa para informar a los estudiantes sobre:

- Los peligros del abuso de drogas en el área de estudio y/o cualquier otra área del recinto universitario a través de la política impresa en este documento, en el Manual para el Empleado Administrativo y Docente, el boletín informativo y en el tablón de edictos de la Oficina de Recursos Humanos, y los programas de adiestramiento para los supervisores y profesores.
- Los riesgos a la salud asociados con el uso del alcohol y drogas.
- La entrega de una copia de la política de la Universidad a los estudiantes, sobre un área de Trabajo y Estudio libre de drogas.
- Orientación disponible sobre las drogas y la rehabilitación, a través del Programa de Calidad de Vida de la Vicepresidencia de Gerencia de Matrícula y Servicios al Estudiante, la Oficina de Servicios Médicos y orientaciones en los cursos de Ajuste a la Vida Universitaria por profesores, orientadores y psicóloga de la Universidad. Además, el Programa de Ayuda al Empleado (PAE) coordinado por la Oficina de Recursos Humanos.

*Además existen los servicios y tratamientos y ayuda públicos y privados como:

- La Administración de Servicios de Salud Mental y Contra la Adicción (787) 763-7575
- Narcóticos Anónimos (787) 763-5919