

Informe Bienal

Programa de Prevención del Abuso de Drogas 2023-2024



Universidad de Puerto Rico
Oficina de Calidad de Vida

2023-2024
Informe Bienal
Universidad de Puerto Rico, Mayagüez

Preparado por:

Dra. Gloribell Ortiz Ríos
Maryaida Velázquez Rousset
Oficina de Calidad de Vida
Junio 2024

Contacto:

Correo-e: calidaddevida@upr.edu
Teléfonos: (787) 832-4040
Extensiones: 5467, 3894 o 2078
Directo: (787)265-5467
Pag web: <http://www.uprm.edu/calidaddevida/>

La Universidad de Puerto Rico en Mayagüez no discrimina por razones de raza, genero, ideas políticas o religiosas, impedimento físico o mental, edad u origen.

“Patrono con Igualdad de Oportunidades en el Empleo”

INFORMACIÓN SOBRE LA PREVENCIÓN DEL ABUSO DE ALCOHOL Y DROGAS EN LA UPRM

La salud y el bienestar de los estudiantes, docentes y personal no docente de la UPR-RUM son componentes críticos de la salud general de nuestra comunidad universitaria. En consecuencia, la Universidad de Puerto Rico busca mantener un ambiente de campus que está libre del uso de alcohol y otras drogas. De conformidad con su misión como institución pública de educación superior, la Universidad está comprometida con la educación de los estudiantes, docentes y personal no docente sobre los peligros del abuso de alcohol y drogas, y establecer normas de conducta que mantengan un entorno de campus libre de uso y abuso de estas drogas. Estas normas están destinadas a estar en su total cumplimiento de la Ley de Lugares de Trabajo Libres de Drogas de 1988 (41 U.S.C., Sección 701, et seq.) y las Escuelas Libres de Drogas Ley de 1989 (34 C.F.R. 86, et seq.) mediante la actualización y distribución anual de esta Política de Prevención del Abuso de Drogas y Alcohol. Esta información cumplirá con el Departamento de Educación, Ayuda Federal para Estudiantes, Abuso de Drogas y Alcohol. Información de prevención 668.14(c); 34 CFR 86

Esta información aplica a los estudiantes y empleados de la Universidad. Además, aplica a los incidentes que ocurren en las propiedades universitarias, así como funciones fuera del campus patrocinadas por la universidad o supervisadas por personal de la universidad.

POLÍTICA INSTITUCIONAL

Los estudiantes y empleados que violen las leyes federales, estatales o locales relacionadas con las drogas o el alcohol están sujetos a sanciones penales y enjuiciamiento. Aquellos que violen las políticas de la universidad también pueden estar sujetos a sanciones institucionales o despido. Los empleados y estudiantes, en su afiliación con la Universidad, no podrán fabricar, poseer, usar, entregar, vender o distribuir cualquier sustancia prohibida por la Ley de Sustancias Controladas de Puerto Rico o cualquier otro estatuto estatal o federal, salvo que lo autorice la ley, de conformidad con las normas de la Junta de Gobierno de la Universidad.



Nadie menor de 18 años puede poseer, vender o consumir bebidas alcohólicas en ninguna propiedad bajo el control de Universidad de Puerto Rico. Las personas en edad legal para consumir alcohol deben seguir la reglamentación de la Política de Alcohol de la Universidad, que limita expresamente el consumo de bebidas alcohólicas, a solo eventos que asistan como invitados específicos del Presidente, Rector o su designado, en una función específicamente

aprobada por la autoridad nominadora o persona designada, retenida en un área designada específicamente aprobada.

POLÍTICA INSTITUCIONAL UPR



El Reglamento en su Artículo 3 prohíbe la posesión, consumo, venta o distribución de sustancias controladas en los predios de la Universidad o en actividades oficiales dentro y fuera de los predios del Recinto. Es responsabilidad de todos cumplir con las normas establecidas. Los procedimientos para seguir en casos de convicción ante el Tribunal de Justicia y los procedimientos que aplican a estudiantes, empleados y organizaciones estudiantiles que violen la reglamentación están también incluidos en el Reglamento.

La Certificación Núm.032-1999-2000, enmendada por la Certificación Núm. 033-2005-2006, y el Reglamento aprobado mediante la Certificación Núm. 033-2024-2000 de la Junta de Síndicos, están 2025

disponibles a todos los miembros de la comunidad universitaria a través de las siguientes direcciones electrónicas:

<https://www.uprm.edu/calidaddevida/wp-content/uploads/sites/11/2025/01/Certificacion-33-Protocolo-Hostigamiento.pdf>

También puede obtener copia en las oficinas de Calidad de Vida y Recursos Humanos.

DEFINICIONES IMPORTANTES E INFORMACIÓN ESENCIAL PARA LA UPR – RUM



Consumo de alcohol por menores de edad:

El consumo de bebidas alcohólicas por cualquier persona menor de 21 años es ilegal. [Ley 204-1998]. En la Universidad de Puerto Rico es importante mantener un estándar saludable para nuestra institución. Es por esto, que nos regimos por las leyes estatales, federales y las políticas internas de la UPRM. No obstante, creemos firmemente en la prevención y educación para nuestra comunidad universitaria.

Conducir bajo la influencia de alcohol o drogas:

Conducir bajo la influencia de alcohol, drogas, compuestos embriagantes o cualquier combinación de estos está prohibido por la Ley #22 de Puerto Rico. Existen sanciones sustanciales para las personas que conducen o controlan físicamente un vehículo motorizado con concentración de alcohol en la sangre de 0.2% (18-21 años o 0.08% mayores de 21 años); (Ley #22 de Vehículos y Tránsito de Puerto Rico).

Leyes federales que se aplican al consumo de alcohol y drogas:

La posesión y entrega de sustancias controladas está prohibida por el Código de Sustancias Controladas de los Estados Unidos, Ley Federal de Sustancias Controladas [21 U.S.C. § 801 y siguientes]. De manera similar a la legislación de Puerto Rico, las personas pueden ser sancionadas según la cantidad de drogas confiscadas, el tipo de drogas encontradas, el número de delitos previos cometidos por el individuo, y si se determina que el individuo tenía la intención de fabricar, vender o distribuir dichas sustancias.

Sanciones disciplinarias:

La Universidad de Puerto Rico impondrá sanciones a los estudiantes y empleados por violaciones de las normas de conducta (de conformidad con las leyes locales, estatales y federales), incluyendo suspensión, expulsión, terminación del empleo y referencia para enjuiciamiento.

Sanciones estudiantiles:

La Universidad impondrá sanciones disciplinarias, de acuerdo con las leyes locales, estatales y federales, a los estudiantes que violen la política previamente establecida, las cuales pueden incluir la expulsión, remisión para el enjuiciamiento y la participación en un programa de rehabilitación adecuado, todo conforme al Código de Conducta Estudiantil. De manera similar, los empleados que infrinjan esta política estarán sujetos a las disposiciones del Reglamento de la Universidad de Puerto Rico (UPR). Asimismo, los estudiantes menores de edad que sean hallados responsables del consumo de alcohol o del uso o posesión de drogas ilegales serán sancionados conforme a la naturaleza, gravedad y recurrencia de la infracción.

Sanciones a empleados:

La Universidad impondrá sanciones disciplinarias (de conformidad con las leyes locales, estatales y federales) a los empleados que violen la política anterior de la Universidad hasta, incluyendo la posible terminación del empleo y la remisión para enjuiciamiento.

INFORME BIENAL: EN BUSCA DE INTERSECTORIALIDAD¹

Las estrategias de ayuda, prevención e intervención son a través de enlaces multisectoriales que incluyen:

- Oficina de Calidad de Vida
- Departamento de Servicios Médicos
- Departamento de Consejería y Servicios Psicológicos
- Guardia Universitaria
- Consejo General de Estudiantes
- Departamento de Recursos Humanos
- Asistencia Económica

DIVULGACIÓN DE POLÍTICAS INSTITUCIONALES

Anualmente la Oficina de Calidad de Vida del Recinto Universitario de Mayagüez divulga a la Comunidad Universitaria las políticas que prohíben el consumo de alcohol, drogas y sustancias controladas por mensaje en masa y las redes sociales.

¹ Se refiere a que, en ocasiones, las necesidades de los estudiantes pueden resultar ser complejas, requiriendo la atención de varias oficinas.

RIESGOS A LA SALUD

El abuso o uso ilegal de alcohol y de sustancias controladas pueden dañar la salud de empleados y estudiantes, haciendo que se perjudique negativamente el desempeño de las funciones y logros académicos. Además, se pone en peligro la seguridad y el bienestar de los compañeros de trabajo, estudiantes y otros. El abuso de sustancias puede involucrar no solo sustancias controladas y drogas ilegales, sino también alcohol y otras sustancias que representan un riesgo para la salud.



Cuando las drogas se combinan, sus efectos negativos sobre la mente y el cuerpo a menudo son multiplicado más allá de los efectos de las mismas drogas tomadas solas, que pueden ser mortales. A continuación, una lista que describe algunos de los efectos en la salud asociados con el uso de alcohol y otras drogas:

Alcohol: Es la droga de la que se abusa con mayor frecuencia en los campus universitarios y en nuestra sociedad. Incluso, pequeñas cantidades del alcohol puede afectar el juicio y la coordinación necesarios para conducir un automóvil, lo que aumenta sus posibilidades de tener un accidente. El alcohol puede ser un factor de interacción en la incidencia de actos agresivos, incluidos el vandalismo y el asalto. Además, produce problemas de salud graves, como daño hepático. El consumo de cantidades moderadas a grandes de alcohol perjudica su capacidad de aprender y recordar información. Debido a que el alcohol es un depresor, cantidades muy grandes pueden causar insuficiencia respiratoria y cardíaca, con resultado de muerte.

Cannabis: La marihuana y el hachís perjudican la memoria a corto plazo y la capacidad de comprensión del consumidor. Además, pueden causar confusión, ansiedad, daño pulmonar y anomalías del sistema hormonal y reproductivo. Horas después de la sensación de obtener desvanecimientos altos, los efectos del cannabis en la coordinación y el juicio pueden permanecer, aumentando los riesgos involucrados en la conducción o en la realización de otras tareas complejas. El cannabis, una sustancia soluble en grasa, puede permanecer en el cuerpo durante semanas. Una sobredosis o un uso prolongado puede provocar paranoia, ataques de pánico o problemas psiquiátricos.

Drogas de Club/Diseño: El término "drogas de club" y "drogas de diseño" se refiere a una amplia variedad de drogas, incluidas MDMA (éxtasis), GHB rohipnol (roofies), ketamina (special K), metanfetamina (meth) y LSD (ácido). Las investigaciones indican que estas drogas pueden causar serios problemas de salud o incluso la muerte. Pueden tener consecuencias aún más graves cuando mezcladas con alcohol. Además, las drogas de club/diseño son utilizadas con frecuencia en contextos relacionados con agresiones sexuales y otras formas de violencia, lo que agrava aún más sus efectos nocivos en la seguridad y el bienestar de los individuos.

Medicamentos: Los barbitúricos, las benzodiazepinas (p. ej., Valium), los Quaaludes y otros medicamentos depresores provocan desorientación, dificultad para hablar, y comportamientos asociados con la embriaguez. Los efectos de una sobredosis de depresores van desde superficiales afectando la respiración, piel húmeda, pupilas dilatadas y pulso débil y puede llegar rápido hasta el coma y la muerte.

Alucinógenos: Los alucinógenos como LSD, MDS, PSP (polvo de ángel), mescalina, peyote y psilocibina (hongos) pueden causar distorsiones en la percepción y el pensamiento. Las reacciones emocionales intensas y a menudo impredecibles pueden desencadenar ataques de pánico o reacción psicótica. Una sobredosis de alucinógenos puede causar insuficiencia cardíaca, insuficiencia pulmonar, coma y muerte.

Narcóticos/Opiáceos: La heroína, la codeína, la morfina, la metadona y el opio son narcóticos/opiáceos. Hay una alta probabilidad de desarrollar dependencia física y psíquica de estos fármacos. Los efectos sobre la salud incluyen ansiedad, cambios de humor, náuseas, confusión, estreñimiento y depresión respiratoria. La sobredosis puede provocar convulsiones, coma y muerte. El riesgo de estar infectado con el VIH, el virus que causa el SIDA u otras enfermedades aumenta significativamente si te inyectas drogas y compartes agujas.

Estimulantes: La cocaína/crack, las anfetaminas y otros estimulantes pueden causar agitación, pérdida de apetito, latidos cardíacos irregulares, insomnio crónico y alucinaciones. Todos los estimulantes sin receta son extremadamente peligrosos y psicológica y físicamente adictiva. Una sobredosis puede provocar convulsiones y la muerte.

Tabaco: La nicotina, el ingrediente activo del tabaco, aumenta el ritmo cardíaco y aumenta la presión arterial. El humo del cigarrillo es una de las principales causas de cáncer y otros problemas respiratorios. El monóxido de carbono en el humo del cigarrillo puede promover la arteriosclerosis. Los efectos de fumar cigarrillos sobre la salud pueden incluir enfisema, bronquitis crónica, enfermedades del corazón y cáncer de pulmón.

SEGURIDAD EN EL RUM

Información de emergencia

1) Asistencia Preventiva:

a. Teléfonos de Emergencia

Línea de Emergencia: 911

Guardia Universitaria RUM: 787- 832- 4040, x 3263

Oficina de Calidad de Vida: 787- 832- 4040, x 5467, 3107, 3894

Departamento de Servicios Médicos: 787- 832 – 4040, x 6226, 3865, 3408

Consejería y Servicios Psicológicos: 787- 832- 4040, x 2040, 3256

Oficina de Título IX: 787- 832- 4040 Ext. 2274

Comandancia Policía Estatal: 787- 832- 9687

Policía de Puerto Rico: 787-832-2020

Guardia Municipal: 787-834-0378

Cuerpo de Bomberos: 787-832-2330

Línea de Crisis ASSMCA: 1-800-981-0023

- b. **Servicio de Escoltas:** Los estudiantes pueden aprovechar gratuitamente el Servicio de Escoltas de Seguridad. El Departamento de Tránsito y Vigilancia ofrece escoltas a todas las áreas de estacionamiento y edificios de la Universidad durante las horas de la noche, siete días a la semana. Este servicio está diseñado para proporcionar escoltas de seguridad dentro del campus. Este servicio consiste en Oficiales de Seguridad que escoltan a pie, en bicicleta y en vehículos de patrulla al solicitante. A fin de solicitar servicios de escolta, se llama al 832-4040 extensiones 3872, 3620, 3263 y se provee la siguiente información al operador(a): **nombre completo, lugar donde se encuentra ubicado, equipaje (si lleva alguno), destino y descripción física de cómo es usted. Evite estar en circunstancias que puedan conllevar a algún riesgo.** Nuestro sistema de escoltas ayuda a evitar que estudiantes o personal universitario se convierta en una víctima de la delincuencia.
- c. **Rondas Preventivas:** El Departamento de Tránsito y Vigilancia del Recinto cuenta con unidades motorizadas, bicicletas y vehículos de motor para ofrecer rondas preventivas en el campus. Los guardias que estén en el turno se encargan del servicio de rondas.

RECURSOS Y NÚMEROD DE TELÉFONOS PARA TRATAR ADICCIONES

Nombre	Número	Dirección	Comentarios	Alcohol y/o Drogas
Hogar Un Nuevo Camino	787-864-9163	P.O Box 2037 Guayama PR, 00784	hogarunnuevocamino@gmail.com Varones de 13 – 21 años	Manejo en la adicción, uso y abuso de sustancias controladas y otras drogas
Hospital San Juan Capestrano	787-760-0222	Carr.877, km. 1.6, Camino Las Lomas, San Juan, PR	Hospitalización Parcial Programa Ambulatorio Lunes a viernes 8:00am – 1:00pm (Adultos) Lunes a viernes 1:00pm – 5:00pm (Adolescentes) Equipo multidisciplinario: Psiquiatras, Manejador de Caso (Trabajador Social, Psicólogo, Consejero), Profesional de Enfermería y Terapista Ocupacional y/o Recreativo. Ofrecen Intervenciones individuales, Terapia de grupo, Intervenciones familiares, Sesiones psicoeducativas, Consejería en adicción y Programa para Adolescentes de 13 a 17 años.	Abuso de drogas y/o alcohol
Clínica San Juan Capestrano	787-625-2940	Predios del hospital Carr.877, km. 1.6, Camino Las Lomas	Coordinadora: Ida López Class TIA (Tratamiento Intensivo Ambulatorio para sustancias)	Abuso de drogas y/o alcohol
Clínica de Manatí Capestrano	787-884-5700	Carr. 149, km. 7.5 Bo. Rio Arriba Saliente	Coordinadora: Gladinel Negrón	Abuso de drogas y/o alcohol
Clínica de Carolina Capestrano	787-769-7100	Iturregui Plaza Shopping Center Suite 17, 1135 Ave. 65 de Infantería	Coordinadora: Raquel Torres Adultos y Adolescentes	Abuso de drogas y/o alcohol
Clínica de Bayamón Capestrano	787-740-7771	Metro Medical Center, Torre A Suite 103	Coordinadora: Mayra Rodríguez Adultos y Adolescentes TIA (Tratamiento Intensivo Ambulatorio para sustancias)	Abuso de drogas y/o alcohol
Clínica de Hatillo Capestrano	787-878-0742	Galería del Norte 549 Calle del Mar, Suite 301	Coordinadora: Marisol Baerga	Abuso de drogas y/o alcohol
Clínica de Caguas Capestrano	787-745-0190	Ave. José Mercado, Esquina Cristóbal Colon Frente a la Comandancia de la Policía	Coordinadora: Jemilza Boria Castro Adultos y Adolescentes	Abuso de drogas y/o alcohol

Clínica de Ponce Capestrano	787-842-4070	Carr. 506, Sector Cotto Laurel 2do Piso Plaza San Cristóbal	Coordinadora: Elizabeth Lugo Santana Adultos y Adolescentes	Abuso de drogas y/o alcohol
Clínica de Humacao Capestrano	787-850-8382	128 Calle Font Martelo (este) (Antiguo Edificio Telefónica) Esquina Ramón Gómez	Coordinadora: Carmen I. Trinidad Ilarraza	Abuso de drogas y/o alcohol
Ministerio Renovados En el Espíritu de Vuestra Mente, Guaynabo, Puerto Rico	787-248-7124	Carretera 173 k.m. 6.2, Sector La Pajillo, Guaynabo, Puerto Rico 00966	Mayores de 18 años	Manejo en la adicción, uso y abuso de sustancias controladas y otras drogas
Hogar Nueva Vida, Gurabo, Puerto Rico	787-737-2442	B.O Querube, Gurabo, Puerto Rico 00778	Mayores de 21 años	Manejo en la adicción, uso y abuso de sustancias controladas y otras drogas
Hogar Nueva Vida, Humacao, Puerto Rico	787-850-0258	Carretera 926, B.O Collores, k.m. 2.2, Humacao, Puerto Rico 00791	Personas desde 23 años en adelante, pero no trabajan personas mayores de 65 años.	Manejo en la adicción, uso y abuso de sustancias controladas y otras drogas
Misión Rescate Tratamiento de Abuso de Drogas, Mayagüez, Puerto Rico	787-477-4000	Carretera 104 k.m. 1.6, B.O. Algarrobos, Mayagüez, Puerto Rico 00680	Mayores de 18 años	Manejo en la adicción, uso y abuso de sustancias controladas y otras drogas
Servicios Ambulatorios y Drogas Adultos, Moca, Puerto Rico	787-877-4743	Carretera 104, Calle Barbosa, Moca, Puerto Rico 00676	Adultos y niños (Población más general)	Trabajan con “Ley 22”, ofrecen charlas en las escuelas o instituciones y trabajan con la recuperación mental (área de drogas), entre otros programas y recursos
Hogar Crea, Juncos, Puerto Rico (Una de las centrales o sedes de los Hogares Crea de Puerto Rico)	787-449-7597	Hogar Crea, Juncos, Puerto Rico (Google Map, lo puedes encontrar fácilmente y rápido)	Depende de tu sexo o edad, la Central o sede traslada a los diferentes pacientes a los distintos hogares de alrededor de Puerto Rico. También, toman en cuenta la distancia de la casa de esta persona con el hogar más cercano. Cada distrito, como ellos lo llaman, tiene su Central a	Manejo en la adicción, abuso y uso de sustancias controladas y otras drogas. Además, trabajan con el manejo de alcohol.

			la cual acudir para después ser trasladado. Los hogares en sí se rigen por estas normas.	
ASSMCA, Centro de Tratamiento Ambulatorio (Mayagüez)	(787) 833-0663	Ave. 2, Bo. Sábalos, detrás del Mayagüez Medical Center (antiguo Hospital Centro Médico), Mayagüez, PR	Tratamientos ambulatorios enfocados en poblaciones mayores de edad (18 años o más).	Abuso de drogas y/o alcohol
ASSMCA, Clínica de Niños y Adolescentes (Río Piedras)	(787) 777-3201, Ext. 7266, 7880	Tercer Piso, Centro Médico, Bo. Monacillos, San Juan, PR	Tratamientos ambulatorios enfocados en poblaciones menores de edad (17 años o menos).	Abuso de drogas y/o alcohol
ASSMCA, Centro de Tratamiento Residencial para Mujeres (San Juan)	(787) 764-0684	Pabellón B, Centro Médico, Calle Maga, Bo. Monacillos, San Juan, PR	Tratamientos residenciales enfocados en mujeres.	Abuso de drogas y/o alcohol
ASSMCA (Mayagüez)	(787) 831-4224	Medical Emporium Building, 410 Ave. Eugenio María de Hostos Suite 7, Mayagüez, PR	Centro regional de prevención.	Abuso de drogas y/o alcohol
ASSMCA, PATH (Ponce)	(939) 438-3552	Bo. Machuelo, Carr. 14, Anexo Hospital de Psiquiatría Forense Ponce, PR	Proyecto dirigido a personas mayores de edad sin hogar o en riesgo de perderlo.	Abuso de drogas y/o alcohol
Clínica San Juan Capestrano (Mayagüez)	(787) 265-2300	Edificio Santander Securities Plaza, 349 Ave. Eugenio María de Hostos, Suite 104, Mayagüez, PR	Servicios de hospitalización parcial para adultos en el cual puede haber apoyo familiar. Trabajan un Tratamiento Intensivo Ambulatorio para casos severos.	Abuso de drogas y/o alcohol
First Hospital Panamericano (Cidra)	(787) 739-5555	Km 1.5, Carr. 787, Cidra, PR	Emergencias/Sobredosis	Abuso de drogas y/o alcohol
Hogar Crea (Cabo Rojo)	(787) 255-3928	Carr. 311 Km 31, Cabo Rojo, PR	Tratamientos residenciales enfocados en poblaciones mayores de edad (18 años o más).	Abuso de drogas y/o alcohol
Hogar Crea (Fajardo)	(787) 863-276	Barr. Jerusalén, Calle 4 (al final), Fajardo, PR	Tratamientos residenciales enfocados en poblaciones mayores de edad (18 años o más).	Abuso de drogas y/o alcohol
Hogar Crea (Isabela)	(787) 872-5274	Ave. Estación, Carr. 447, Km 3.2, Isabela, PR	Tratamientos residenciales enfocados en poblaciones mayores de edad (18 años o más).	Abuso de drogas y/o alcohol
Hogar Divino Niño Jesús Inc (Toa Baja)	(787) 794-0020	Calle 854, Km 3.5, Toa Baja, PR	Tratamiento residencial para mayores de edad (18 años o más).	Abuso de drogas y/o alcohol

Hospital Buen Samaritano (Aguadilla)	(787) 658-0200	Km 0.2, Carr. 460, Bo. Cainitas Alto, Aguadilla, PR	Emergencias/Sobredosis	Abuso de drogas y/o alcohol
Hospital Perea	(787) 834-0101	15 Calle Dr. Basora, Mayagüez, PR	Emergencias/Sobredosis	Abuso de drogas y/o alcohol
Mayagüez Medical Center, Hospital Dr. Ramón Emeterio Betances	(787) 652-9200	Carr. 2, Mayagüez, PR	Emergencias/Sobredosis	Abuso de drogas y/o alcohol
Centro de Rehabilitación Familiar Nueva Vida Inc. (Moca)	(787)-312-8521	Carr 445 Km 2?8 int Bo Cuchillas Sector Limón, Moca, Puerto Rico 00696	Director: William Rodríguez Para mayores de 18 años con diagnostico dual (adicción y problemas de salud mental)	Rehabilitación por abuso de drogas y/o alcohol
Hogar Crea (Coamo)	(787)-969-1659	Carr 14 Km 29.1 Bo San Ildefonso, Coamo, Puerto Rico 00769	Para mayores de 18 años	Rehabilitación de drogas y/o alcohol
Hogar Crea (Las Marías)	(787) 827-3313	119 Km 1.4 Bo Maravilla, Las Marías, Puerto Rico 00670	Mayores de 18 años	Rehabilitación de drogas y/o alcohol
Centro de Acceso y Tratamiento Panamericano Caguas	(787)-286-2510	Bairoa Shopping Center Suite 7, Caguas	Mayores de 18 años	Rehabilitación de drogas y/o alcohol
Centro Renacer (Guaynabo)	(787)-720-0235	Carr 834 Km 4.2 Bo Sonador, Guaynabo, Puerto Rico 00969	Mayores de 18 años solo para varones	Rehabilitación por abuso de drogas y/o alcohol
Programa Nuevo Amanecer (Bayamón)	(787)-798-3330	Calle Isabel II Esquina Degetau, Antiguo CDT Pueblo, Bayamón, Puerto Rico 00960	Mayores de 18 años	Rehabilitación por drogas y/o alcohol
Hogar CREA, San German	(787)-892-6640	Carretera 318 Km 08, Barrio Marezua, San German PR 00683		Drogas
Casa La Providencia, San Juan	(787)-725-5358	Calle Norzagaray 200, Esquina San Justo, San Juan PR 00902	Programa para mujeres	Drogas
Residencia, Tratamiento para Mujeres Adultas, San Juan	(787)-764-1920	Pabellón B. Calle Maga. Centro Médico, Barrio Monacillos, San Juan, PR 00935	Programa para mujeres	Drogas
Unidad de Emergencias y	(787)-763-7521	Rio Piedras Medical Center	Abren a finales de octubre	Drogas y Alcohol

Detox de Alcoholismo, San Juan	(787)-763-7562 (787)-763-7526 (787)-763-7508	Antigua Casa de Salud, San Juan, PR, 0936		
Hogar del Buen Pastor, San Juan	(787)-721-8576	250 Ave. de la Constitución, San Juan, PR 00901	Programa para mayores de 18 años	Drogas

OFICINA DE CALIDAD DE VIDA

(calidaddevida@uprm.edu)

La Oficina de Calidad de Vida se une a los esfuerzos de nuestra sociedad para combatir los problemas que afectan a la juventud puertorriqueña. Esta Oficina busca concienciar y educar a la comunidad universitaria sobre el bienestar pleno, prevención de hostigamiento y asalto sexual, violencia, agresión y seguridad en el campus y áreas adyacentes. Se desarrollan programas de prevención para atender todos aquellos problemas que puedan afectar a nuestra comunidad estudiantil en consecución de sus metas. Además, se coordinan actividades dirigidas al cumplimiento de reglamentaciones establecidas por el Departamento de Educación Federal y la Universidad de Puerto Rico. Se busca contribuir en la formación integral de nuestros estudiantes al ofrecer alternativas para desarrollar estilos de vida saludables en la comunidad universitaria. Además, tiene como objetivo que el estudiante alcance un desarrollo integral de su persona. La Oficina presta servicios y desarrolla programas que contribuyen al enriquecimiento del estudiante y mejorar su calidad de vida en el campus. La misión de la oficina es motivar a la comunidad universitaria a unir esfuerzos en pro de un mejor ambiente universitario.



ESTADÍSTICAS

Estadísticas suministradas por la Oficina de Título IX para observación de arrestos y sanciones por alcohol y otras drogas.

A. Suministradas por la Guardia Universitaria

Estadística julio-diciembre 2023

ESTADÍSTICAS DE DELITOS EN NUESTRO RECINTO INFORMADOS POR
LA GUARDIA UNIVERSITARIA-RUM, SEGÚN REQUIERE LA LEY PÚBLICA 102-26
(ENMENDADA DE LA LEY PÚBLICA 101-542)
(STUDENT RIGHT TO KNOW AND THE JEANNY CLEARY DISCLOSURE AND CAMPUS SECURITY ACT)
JULIO A DICIEMBRE 2023

CATEGORÍAS*	EN CAMPUS PROP. PRIVADA	RESIDENCIAS DE ESTUDIANTES	PROPIEDADES NO EN CAMPUS	EN CAMPUS PROPIEDAD PÚBLICA	TOTAL
	2023	2023	2023	2023	2023
Asesinato/Homicidio	0	0	0	0	0
Homicidio Involuntario	0	0	0	0	0
Violación por la Fuerza	0	0	0	0	0
Violación por Inducción	0	0	0	0	0
Robo	0	0	0	0	0
Agresión Agravada	0	0	0	1	1
Escalamiento	0	0	0	0	0
Hurto de Auto	0	0	0	0	0
Fuego Intencional	0	0	0	0	0
Vandalismo/Daños	2	0	0	4	6
Apropiación Ilegal	5	0	2	9	16
Crímenes de Odio	0	0	0	0	0
Alteración a la paz	0	0	0	4	4
Amenaza	0	0	0	2	2
Ley 54	0	0	0	0	0
Hostigamiento sexual	0	0	0	0	0
Exposiciones Deshonestas	0	0	0	2	2
Acecho - cibernético	0	0	0	1	1
Sancciones y/o Arrestos:					
Uso de Alcohol	0	0	0	0	0
Uso de Drogas	0	0	0	0	0

Estadística enero-junio 2023

ESTADÍSTICAS DE DELITOS EN NUESTRO RECINTO INFORMADOS POR
LA GUARDIA UNIVERSITARIA-RUM, SEGÚN REQUIERE LA LEY PÚBLICA 102-26
(ENMENDADA DE LA LEY PÚBLICA 101-542)
(STUDENT RIGHT TO KNOW AND THE JEANNY CLEARY DISCLOSURE AND CAMPUS SECURITY ACT)
ENERO A JUNIO 2023

CATEGORÍAS*	EN CAMPUS PROP. PRIVADA	RESIDENCIAS DE ESTUDIANTES	PROPIEDADES NO EN CAMPUS	EN CAMPUS PROPIEDAD PÚBLICA	TOTAL
	2023	2023	2023	2023	2023
Asesinato/Homicidio	0	0	0	0	0
Homicidio Involuntario	0	0	0	0	0
Violación por la Fuerza	0	0	0	0	0
Violación por Inducción	0	0	0	0	0
Robo	0	0	0	0	0
Agresión Agravada	0	0	0	0	0
Escalamiento	0	0	0	0	0
Hurto de Auto	0	0	0	0	0
Fuego Intencional	0	0	0	0	0
Vandalismo/Daños	3	0	0	8	11
Apropiación Ilegal	0	0	0	6	6
Crímenes de Odio	0	0	0	0	0
Alteración a la paz	0	0	0	3	3
Amenaza	0	0	0	0	0
Ley 54	0	0	0	0	0
Hostigamiento sexual	0	0	0	0	0
Exposiciones Deshonestas	0	0	0	0	0
Acecho	0	0	0	1	1
Sancciones y/o Arrestos:					
Uso de Alcohol	0	0	0	0	0
Uso de Drogas	0	0	0	0	0
Posesión Ilegal de Armas	0	0	0	0	0

Estadística julio-diciembre 2024

ESTADÍSTICAS DE DELITOS EN NUESTRO RECINTO INFORMADOS POR
LA GUARDIA UNIVERSITARIA-RUM, SEGÚN REQUIERE LA LEY PÚBLICA 102-26
(ENMENDADA DE LA LEY PÚBLICA 101-542)
(STUDENT RIGHT TO KNOW AND THE JEANNY CLEARY DISCLOSURE AND CAMPUS SECURITY ACT)
JULIO A DICIEMBRE 2024

CATEGORÍAS*	EN CAMPUS PROP. PRIVADA	RESIDENCIAS DE ESTUDIANTES	PROPIEDADES NO EN CAMPUS	EN CAMPUS PROPIEDAD PÚBLICA	TOTAL
	2024	2024	2024	2024	2024
Asesinato/Homicidio	0	0	0	0	0
Homicidio Involuntario	0	0	0	0	0
Violación por la Fuerza	0	0	0	0	0
Violación por Inducción	0	0	0	0	0
Robo	0	0	0	0	0
Agresión Agravada	0	0	0	0	0
Escalamiento	0	0	0	0	0
Hurto de Auto	0	0	0	0	0
Fuego Intencional	0	0	0	0	0
Vandalismo/Daños	0	0	0	0	0
Apropiación Ilegal	4	0	1	4	9
Crímenes de Odio	0	0	0	0	0
Alteración a la paz	0	0	0	4	4
Amenaza	0	0	0	3	3
Ley 54	0	0	0	0	0
Hostigamiento sexual	0	0	0	1	1
Exposiciones Deshonestas	0	0	0	1	1
Acecho	0	0	0	0	0
Sanciones y/o Arrestos:					
Uso de Alcohol	0	0	0	0	0
Uso de Drogas	0	0	0	0	0

Estadística enero-junio 2024

ESTADÍSTICAS DE DELITOS EN NUESTRO RECINTO INFORMADOS POR
LA GUARDIA UNIVERSITARIA-RUM, SEGÚN REQUIERE LA LEY PÚBLICA 102-26
(ENMENDADA DE LA LEY PÚBLICA 101-542)
(STUDENT RIGHT TO KNOW AND THE JEANNY CLEARY DISCLOSURE AND CAMPUS SECURITY ACT)
ENERO A JUNIO 2024

CATEGORÍAS*	EN CAMPUS PROP. PRIVADA	RESIDENCIAS DE ESTUDIANTES	PROPIEDADES NO EN CAMPUS	EN CAMPUS PROPIEDAD PÚBLICA	TOTAL
	2024	2024	2024	2024	2024
Asesinato/Homicidio	0	0	0	0	0
Homicidio Involuntario	0	0	0	0	0
Violación por la Fuerza	0	0	0	0	0
Violación por Inducción	0	0	0	0	0
Robo	0	0	0	0	0
Agresión Agravada	0	0	0	2	2
Escalamiento	0	0	0	0	0
Hurto de Auto	0	0	0	0	0
Fuego Intencional	0	0	0	0	0
Vandalismo/Daños	2	0	2	4	8
Apropiación Ilegal	3	0	0	11	14
Crímenes de Odio	0	0	0	0	0
Alteración a la paz	0	0	0	2	2
Amenaza	0	0	0	0	0
Ley 54	0	0	0	0	0
Hostigamiento sexual	0	0	0	0	0
Exposiciones Deshonestas	0	0	0	0	0
Acecho	0	0	0	3	3
Sanciones y/o Arrestos:					
Uso de Alcohol	0	0	0	0	0
Uso de Drogas	0	0	0	0	0

B. Suministradas por la Policía Estatal

DIVISION DE ESTADISTICAS DE LA CRIMINALIDAD			
AREA DE MAYAGUEZ			
COMPARATIVO AÑO 2024 vs 2023			
DELITOS	2024		2023
Asesinatos / Homicidios	0		0
Violación por la Fuerza	0		0
Trata Humana	0		0
Robos	0		1
Agresiones Agravadas	3		1
Escalamientos	3		1
Apropiaciones Ilegales	5		5
Vehículos Hurtados	1		4
Total de Delitos Global	12		12

ACTIVIDADES REALIZADAS SOBRE SUSTANCIAS 2023 - 2024

Actividad	Recurso	Fecha	Modalidad	Asistencia
1. El consumo de alcohol y su salud		abril 2023	Campaña en redes	-
2. Prevención del Alcoholismo	Alejandro Vargas	abril 2023	Campaña en redes	-
3. Hablemos de Drogas	Agte.Rafael Oxios	septiembre 2023	Charla	
4. Señales de una posible Adicción y líneas de ayuda	Calidad de Vida	septiembre 2023	Propaganda en redes	-
5. Conoce aspectos importantes sobre la Ley Núm. 40 del 93, la cual regula el uso del cigarrillo.		noviembre 2023	Propaganda por redes sociales	-
6. El Impacto del Consumo de Alcohol en los Estudiantes Universitarios		marzo 2024	TEAMS	
7. Modelo cara para la prevención de muertes por sobredosis de opioides/fentanilo y el uso del Narcan	Víctor M. Serrano Érica M. Ayuso ASSMCA	abril 2024	Charla	
8. Entender los opioides y cómo afectan al cerebro		abril 2024	Youtube	-
9. Seguridad en las Justas	Teniente coronel Janice Rodríguez	abril 2024	Podcast	
10. ASSMCA Clínica de desintoxicación de alcohol y sustancias	ASSMCA	mayo 2024	Promoción virtual	-
11. ¡No solo es VAPOR! Mitos y Realidades del Vapeo		mayo 2024	Virtual	
12. El uso de Opioides en Embarazadas.		septiembre 2024	Campaña en redes	-
13. Narcan/Naloxone		septiembre 2024	Campaña en redes	-
14. Charla virtual: Rompiendo el Estigma: El trastorno de uso de sustancias y su impacto		septiembre 2024	Virtual	-
15. Síntoma de sobredosis de opioides	ASSMCA	octubre 2024	Campaña en redes	-
16. Cuanto más tiempo te mantengas alejado del tabaco, más saludable te pones		octubre 2024	Campaña en redes	-
17. La Pastilla Falsa: Trabajando juntos para atender una crisis		octubre 2024	Virtual	-
18. Peligros del uso indebido de estimulantes entre universitarios		octubre 2024	Campaña en redes	-
19. ¿Quién debe tener Naloxona?		noviembre 2024	Campaña en redes	-
20. Modelo CARA para prevenir muertes por sobredosis de opioides y fentanilo		diciembre 2024	Virtual	-

RELACIONES COLABORATIVAS

1. ASSMCA
2. Departamento de Salud
3. Policía Estatal de Puerto Rico
4. "Drug Enforcement Administration" (DEA)

PROYECCIÓN DE CAMPAÑA PARA LA PREVENCIÓN DE DROGAS Y SUSTANCIAS CONTROLADAS

Crear una campaña efectiva para la prevención de drogas y sustancias controladas requiere de una planificación estructurada y cuidadosa. A continuación, una proyección de campaña que la Oficina de Calidad de Vida de la Universidad de Puerto Rico podría considerar:

1. Análisis de la situación actual:

- Investigación sobre el uso de drogas y sustancias controladas entre los estudiantes de la universidad.
- Creación de un instrumento para la identificación de las sustancias comúnmente utilizadas y los factores que contribuyen a su consumo.

2. Objetivos:

- Reducir el consumo de drogas y sustancias controladas entre los estudiantes en un X% en el próximo año académico.
- Incrementar el conocimiento sobre los riesgos asociados con el consumo de estas sustancias en un X%.

3. Identificación de la población:

- Estudiantes universitarios de todas las facultades y años académicos.
- Personal docente y administrativo de la universidad.

4. Desarrollo de Campaña Educativa:

- **Lema de la campaña:** "Decide tu futuro, di no a las drogas".
- **Mensaje central:** Promover la toma de decisiones informadas y saludables entre los estudiantes universitarios.
- **Subtemas:** Información sobre los efectos negativos de las drogas en la salud física y mental, impacto en el rendimiento académico, consecuencias legales y sociales.

5. Estrategias y actividades:

- **Seminarios y talleres educativos:** Organizar charlas con expertos en adicciones, profesionales de la salud y exadictos que compartan sus experiencias.
- **Campañas de concienciación:** Distribuir folletos, carteles y otros materiales informativos en lugares clave.

- **Eventos deportivos y recreativos:** Organizar actividades alternativas que promuevan estilos de vida saludables como deportes, yoga o actividades al aire libre.
- **Programas de apoyo:** Establecer grupos de apoyo para estudiantes que estén luchando con problemas de adicción o que tengan familiares afectados.

6. Evaluación y seguimiento:

- Realizar encuestas antes y después de la campaña para medir el cambio en la percepción y comportamiento de los estudiantes.
- Analizar estadísticas de consumo de drogas y sustancias controladas para evaluar el impacto de la campaña.
- Recopilar retroalimentación de los participantes y ajustar las estrategias según sea necesario.

7. Alianzas y colaboraciones:

- Trabajar en colaboración con otras universidades, instituciones educativas y organizaciones locales de prevención de drogas.
- Involucrar a padres, exalumnos y líderes comunitarios en la difusión del mensaje de prevención.

8. Presupuesto y recursos:

- Colaboración con recursos gratuitos como voluntarios y espacios facilitados por la universidad.

REFERENCIAS

<https://apicertificaciones.upr.edu/file/download/22961>

<https://www.upr.edu/ac/mdocs-posts/politica-de-la-universidad-de-puerto-rico-sobre-el-uso-ilicito-de-drogas-sustancias-controladas-y-abuso-de-alcohol-enmienda/>

<https://apicertificaciones.upr.edu/file/download/22962>

<https://www.congress.gov/bill/101st-congress/house-bill/3614/text>

<https://www.ecfr.gov/current/title-34/subtitle-A/part-86?toc=1>

<https://www.ecfr.gov/current/title-34/subtitle-B/chapter-VI/part-668/subpart-B/section-668.14>

<https://uscode.house.gov/view.xhtml?req=granuleid:USC-prelim-title20-section1011i&num=0&edition=prelim>

<https://www.lexjuris.com/LEXMATE/salud/lex1993040.htm>

ANEJOS

¡NO SOLO ES VAPOR!
MITOS Y REALIDADES DEL VAPEO

30 MAYO 2024

🕒 2:00 pm 🖥️ VIRTUAL

ESCANEA PARA REGISTRO

DEPARTAMENTO DE SALUD

 **Es Mental**
2 de mayo · 🌐

Se estima que en Puerto Rico hay 140 mil personas entre los 18 y 64 años con algún trastorno por el uso excesivo o abuso de alcohol.

Esta es la única clínica e... [Ver más](#)

mental

YOUTUBE.COM

ASSMCA abre primera clínica de desintoxicación de alcohol y sustancias
Se trata de la Unidad de Desintoxicación de Alcohol y Sustancias (UDAS) de la Adminis...



Calidad de Vida UPRM

Publicado por Victor Hernandez · 24 de abril ·



¡Colegial! Conoce cómo mantenerte seguro para que disfrutes de las fiestas de las justas. Escucha el episodio de Onda Colegial donde conversamos con la Teniente-Coronel Janice Rodríguez sobre algunas medidas y recomendaciones de seguridad para las Justas 2024. <https://open.spotify.com/episode/35971Zf2ZErlgD8O202QXH...>



Calidad de Vida UPRM

Publicado por Yan Serrano · 15 de abril ·



Eduquémonos sobre los opioides y cómo afecta nuestro cerebro. 🧠💊



YOUTUBE.COM

Entender los opioides y cómo afectan al cerebro

Si deseas ver más imágenes médicas en 3D con precisión científica, suscríbete a nuestro c...



Calidad de Vida UPRM

Publicado por Victor Hernandez · 9 de abril ·

"MODELO CARA PARA LA PREVENCIÓN DE MUERTES POR SOBREDOSIS DE OPIOIDES/ FENTANILO Y EL USO DEL NARCAN" este 11 de abril de (10:30am-12:00pm) en Stefani-230.

CHARLA: MODELO CARA PARA LA PREVENCIÓN DE MUERTES POR SOBREDOSIS DE OPIOIDES/ FENTANILO Y EL USO DEL NARCAN

Las horas van a ser sometidas para Convaledicación de Ética Gubernamental.

11 de abril de 2024
(10:30am-12:00pm)
Stefani-230

ASSMCA estará repartiendo NARCAN gratis

Recursos:
Victor M. Serrano Román
Erica M. Ayuso Cintrón

Logo: CALIDAD de Vida ASSMCA



Calidad de Vida UPRM

Publicado por Victor Hernandez · 10 de noviembre de 2023 ·

Conoce aspectos importantes sobre la Ley Núm. 40 del 93, la cual regula el uso del cigarrillo. Recordemos que el Recinto Universitario de Mayagüez fomenta un campus libre de drogas y alcohol.

Fuente: Departamento de Salud de Puerto Rico

¿Qué se debe hacer?

Administrador o jefe es aquí reglamentados, diligencia de: "óhido fumar", de una cita de la Ley 1. El rótulo debe estar en los lugares afectados a sus empleados sobre la justificación de las leyes de esta Ley y sus leyes.

Reglas frecuentes

Ar en la terraza de un al aire libre? No. 3 de la Ley Núm. 40. No fumar en s.

Fumar hookah en las s.

Reglamento Núm. 1001 de 2012, fumar actividad de aspirar y humo del tabaco o de cigarrillos, pipas, los para fumar e s.

Por tanto, se prohíbe aras, bares, "pubs", licorerías y casinos.

¿Qué esta ley se está o, llama a la Policía la Oficina Regional de ental más cercana.

Línea ¡Déjalo Ya!

Ayuda telefónica libre de costo para dejar de fumar.

Llama hoy al **1-877-335-2567**

Escanea para recibir asistencia

Lunes a viernes 9:00 a.m. a 9:00 p.m.
sábados y domingos 9:00 a.m. a 6:00 p.m.

SmokeFreeTXT

¡Textea para dejar de fumar!

Envía ESP a 47848 y recibe mensajes de texto para ayudarte a dejar de fumar.

<https://www.salud.pr.gov/CMS/54>

El financiamiento para esta publicación fue proporcionado por el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), Grant número: 5U49CE000505.

Departamento de Salud de Puerto Rico
Programa de Control de Tabaco
Revisado: junio 2022

Ley Núm. 40 del 1993, sobre el Fumar en el Recinto Universitario de Mayagüez

Objetivo de esta Ley

Regular la práctica de fumar en el Recinto Universitario de Mayagüez, sobre la habilitación de fumar, al Secretario de Salud a reglar y reglamentos para talón de esta Ley e penalidades.

Objetivo de esta Ley

Proteger a las personas de salud por la inhalación de cigarrillos y productos así como reducir el riesgo de enfermedades como: asma, enfermedades del e otras.

Prohibiciones bajo esta Ley

Esta Ley incluye la actividad de pedir el humo del tabaco o ancias que se hacen arder cigarrillos, pipas, otros i fumar y también incluye arillo electrónico.

El "arillo electrónico" se define como ducto diseñado para de nicotina en con otras sustancias al rma de vapor, según ha ido por la Agencia Federal Nimientos de los Estados Unidos.

¿Dónde se prohíbe fumar en Puerto Rico?

- Todo edificio público y privado.
- Salones de clases, salones de actos, bibliotecas, pasillos, comedores escolares, cafeterías y servicios sanitarios de los planteles de enseñanza.
- Instituciones a todos los niveles de enseñanza.
- Ascensores de pasajeros y de carga.
- Teatros y cines.
- Hospitales y centros de salud.
- Vehículos de transporte pública, vehículos oficiales y ambulancias.
- Vehículos de transporte privada cuando en los mismos esté presente un menor de 13 años.
- Cualquier establecimiento dedicado a la venta de comida o comida rápida.
- Museos, funerarias o tribunales.
- Áreas que contengan líquidos, vapores o materiales inflamables.
- Gasolineras.
- Centros de cuidado de niños.
- Instalaciones recreativas.
- Centros de cuidado de ancianos.
- Barras, bares, "pubs", discotecas, licorerías y casinos.
- Centros de convenciones y comercios.
- Todo escenario de trabajo, en el que haya uno o más empleados.

Las prohibiciones anteriores no aplican

- Negocios que se dedican exclusivamente a la venta de tabaco y sus derivados.
- Artistas que en producción de presentaciones teatrales parte de su personaje, f embargo, la producción notificar al público previ para alertar a los asisten exposición del humo de mano. El aviso deberá o boletín, sea físico o electo Deberá fijar un rótulo er del lugar donde se lleve actividad.
- La residencia de las per donde cada persona ter libertad de hacer uso de sus derivados sin sujeci reglamento.
- Las habilitaciones de los l Compañía de Turismo c Rico determinará medi reglamento las regulaci aplicables a las habitaci separen para fumadore

Penalizaciones por i

En caso de violación a est reglamento, el Secretario podrá imponer multas administrativas a las auto dirigentes por la cantidad

- \$250 por primera violi
- \$500 por segunda vio
- \$2,000 por violaciones subsiguientes.

Puerto Rico Libre de Humo



Señales de una posible adicción y líneas de ayuda.



**Decanato de Estudiantes
Calidad de Vida**





**DECANATO DE ESTUDIANTES
CALIDAD DE VIDA**



SEÑALES DE UNA POSIBLE ADICCIÓN

- Falta de control ante el uso de la sustancia.
- Dificultad para abandonar la sustancia.
- Problemas para realizar actividades académicas, laborales e interpersonales.
- Uso riesgoso físico y/o psicológico de sustancias.
- Necesidad fisiológica y/o psicológica por la sustancia.
- Abandono de actividades sociales y recreacionales debido a la sustancia.

¡Atrévete a buscar ayuda si te identificas con una de estas señales!

Referencia: APA. (2022). DSM-5-TR. (Archivo PDF).

LÍNEAS DE AYUDA

1. Línea PAS: (1-800-981-0023)
2. Hospital Panamericano: (1-800-981-1218)
3. Prevención del Suicidio: (1-888-628-9454)
4. SAMHSA: (1-800-985-5990) y oprime "2" o textea "Háblanos" al (1-787-339-2663)
5. Línea de Emergencia: (911)

Referencia: <https://www.salud.pr.gov/CMS/168>





Conoce aspectos importantes sobre la Ley Núm. 40 del 93, la cual regula el uso del cigarrillo. Recordemos que el Recinto Universitario de Mayagüez fomenta un campus libre de drogas y alcohol.

Fuente: Departamento de Salud de Puerto Rico

¿Qué se debe hacer?

Administrador o jefe de un negocio, administrador de un edificio, o el propietario de un vehículo que contenga la prohibición de fumar, debe estar informado de una cita de la Ley Núm. 40 del 93. El rótulo debe estar en los lugares afectados de manera clara y legible. Informar a sus empleados sobre la Ley y la justificación de las sanciones de esta Ley y sus regulaciones.

Prohibiciones frecuentes

Prohibido fumar en la terraza de un edificio o al aire libre? Artículo 3 de la Ley Núm. 40 del 93. Prohibido fumar en un vehículo.

Prohibido fumar hookah en las terrazas de un edificio. El Reglamento Núm. 1001 del 2012, fumar cualquier actividad de aspirar y humo del tabaco o de fumar cigarrillos que se hacen en recipientes, pipas, los para fumar o cualquier otro dispositivo del cigarrillo. Por tanto, se prohíbe fumar en bares, "pubs", licorerías y casinos.

¿Dónde se prohíbe fumar esta ley?

El Reglamento Núm. 1001 del 2012, llama a la Policía de la Oficina Regional de la Policía más cercana.

Línea ¡Déjalo Ya!

Ayuda telefónica libre de costo para dejar de fumar.

Llama hoy al
1-877-335-2567



Escanea para recibir asistencia

Lunes a viernes 9:00 a.m. a 9:00 p.m.
Sábados y domingos 9:00 a.m. a 6:00 p.m.

SmokeFreeTXT

¡Textea para dejar de fumar!

Envía ESP a 47848 y recibe mensajes de texto para ayudarte a dejar de fumar.

<https://www.salud.pr.gov/CMS/54>

El financiamiento para esta publicación fue proporcionado por el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). Grant Number: NU582000453

Departamento de Salud de Puerto Rico
Programa de Control de Tabaco
Revisado junio 2022

Ley Núm. 40 del 93, se modifica

Aspectos importantes

Objetivo de esta Ley

Proteger la práctica de fumar en el campus universitario, sobre la habilitación de fumar en el Recinto Universitario de Mayagüez.

Objetivo de esta Ley

Proteger a las personas de fumar por la inhalación del humo del tabaco y productos derivados, así como reducir el riesgo de enfermedades como: cáncer, enfermedades del corazón y otras.

Prohibiciones bajo esta Ley

Prohibido fumar en cualquier lugar que incluya la actividad de fumar el humo del tabaco o cualquier otra sustancia que se hacen arder cigarrillos, pipas, otros dispositivos para fumar y también incluye fumar cigarrillo electrónico.

Definición: se define como un dispositivo diseñado para producir o administrar nicotina en forma de vapor, según ha sido aprobado por la Agencia Federal de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos.

¿Dónde se prohíbe fumar en Puerto Rico?

- Todo edificio público y privado.
- Salones de clases, salones de actos, bibliotecas, pasillos, comedores escolares, cafeterías y servicios sanitarios de los planteles de enseñanza.
- Instituciones a todos los niveles de enseñanza.
- Ascensores de pasajeros y de carga.
- Teatros y cines.
- Hospitales y centros de salud.
- Vehículos de transporte público, vehículos oficiales y ambulancias.
- Vehículos de transporte privado cuando en los mismos este presente un menor de 13 años.
- Cualquier establecimiento dedicado a la venta de comida o comida rápida.
- Museos, funerarias o tribunales.
- Áreas que contengan líquidos, vapores o materiales inflamables.
- Gasolineras.
- Centro de cuidado de niños.
- Instalaciones recreativas.
- Centros de cuidado de ancianos.
- Barras, bares, "pubs", discotecas, licorerías y casinos.
- Centros de convenciones y comercios.
- Todo escenario de trabajo, en el que haya uno o más empleados.

Las prohibiciones anteriores no aplican

- Negocios que se dedican exclusivamente a la venta de tabaco y sus derivados.
- Artistas que en producciones teatrales parte de su personaje, fuma, sin embargo, la producción debe notificar al público para advertir la exposición del humo de la mano. El aviso deberá ser visible y el actor o actriz deberá fijar un rótulo en el lugar donde se lleve a cabo la actividad.
- La residencia de las personas donde cada persona tiene libertad de hacer uso de sus derivados sin sujeción a ningún reglamento.
- Las habitaciones de los hoteles. La Compañía de Turismo de Puerto Rico determinará el medio reglamento que las regulaciones aplicables a las habitaciones de los hoteles.

Penalizaciones por violación

En caso de violación a este reglamento, el Secretario podrá imponer multas administrativas a las autoridades o funcionarios por la cantidad:

- \$250 por primera violación
- \$500 por segunda violación
- \$2,000 por violaciones subsiguientes.

Puerto Rico
Libre de Humo





Señales de una posible adicción y líneas de ayuda.



**Decanato de Estudiantes
Calidad de Vida**





**DECANATO DE ESTUDIANTES
CALIDAD DE VIDA**



SEÑALES
DE UNA
POSIBLE
ADICCIÓN

- Falta de control ante el uso de la sustancia.
- Dificultad para abandonar la sustancia.
- Problemas para realizar actividades académicas, laborales e interpersonales.
- Uso riesgoso físico y/o psicológico de sustancias.
- Necesidad fisiológica y/o psicológica por la sustancia.
- Abandono de actividades sociales y recreacionales debido a la sustancia.

¡Atrévete a buscar ayuda si te identificas con una de estas señales!

Referencia: APA. (2022). DSM-5-TR. (Archivo PDF).

LÍNEAS DE AYUDA

1. Línea PAS: (1-800-981-0023)
2. Hospital Panamericano: (1-800-981-1218)
3. Prevención del Suicidio: (1-888-628-9454)
4. SAMHSA: (1-800-985-5990) y oprime "2" o textea "Háblanos" al (1-787-339-2663)
5. Línea de Emergencia: (911)

Referencia: <https://www.salud.pr.gov/CMS/108>



CHARLA



Hablemos de Drogas

Se discutirán las drogas ilegales más utilizadas en Puerto Rico, los efectos negativos para la salud, aspectos legales, las problemáticas que provocan en la sociedad y cómo estas afectan adversamente el aprovechamiento académico.



jueves
28 de septiembre de 2023



10:30 a.m. - 12:00 p.m.
(hora universal)



Salón Tarzán, 2do piso
Centro de Estudiantes



Se acreditará para horas de mejoramiento profesional mediante el CEP



Agt. Rafael Oxios
Drug Enforcement Administration
(DEA)



Calidad de Vida UPRM está en Universidad de Puerto Rico Recinto de Mayagüez.

Publicado por Yan Serrano · 21 de abril de 2023 · Mayagüez

Campaña de Bienestar 2023 🐱
Video #4: Prevención de alcoholismo
Por: Alejandro Vargas



Calidad de Vida UPRM

Publicado por Yan Serrano · 14 de abril de 2023

Te invitamos a que, si consumes alcohol, lo hagas con moderación. Conoce sus efectos y potenciales riesgos. ⚠️

El consumo de alcohol y su salud

Beber demasiado alcohol puede ser perjudicial para su salud. En los Estados Unidos, el consumo excesivo de alcohol causa más de 140 000 muertes anualmente y acorta en un promedio de 26 años la vida de los que fallecen. El costo económico del consumo excesivo de alcohol en el 2010 se estimó en USD \$249,000 millones o USD \$2.05 dólares por bebida.

¿Qué se considera un "trago"?

12 onzas Cerveza 5% ABV	8 onzas Licor de malta 7% ABV	5 onzas Vino 12% ABV	1,5 onzas Licor destilado 40% ABV (80 grados proof) (Whisky, ron, vodka, tequila)
-------------------------------	-------------------------------------	----------------------------	--

ABV = alcohol por volumen

El consumo excesivo de alcohol incluye:

Atracción de alcohol En las mujeres, 4 o más tragos consumidos en una ocasión	Beber demasiado En las mujeres, 8 o más tragos consumidos a lo semana	Cualquier consumo de alcohol por parte de mujeres embarazadas	Cualquier consumo de alcohol por parte de menores de 21 años
---	---	--	---

Si decide tomar alcohol, hágalo con moderación.

EN LAS MUJERES, 1 trago o menos al día	EN LOS HOMBRES, 2 tragos o menos al día
---	--

Riesgos para la salud a corto plazo

Lesiones

- Choques vehiculares
- Caídas
- Ahogamientos
- Quemaduras

Violencia

- Homicidio
- Suicidio
- Agresión sexual
- Violencia de pareja íntima

Intoxicación por alcohol

Salud reproductiva

- Comportamientos sexuales riesgosos
- Embarazos no planeados
- Enfermedades de transmisión sexual, incluida la infección por el VIH
- Aborto espontáneo
- Muerte fetal
- Trastornos del espectro alcohólico fetal

Riesgos para la salud a largo plazo

Enfermedades crónicas

- Presión arterial alta
- Enfermedad cardíaca
- Accidentes cerebrovasculares
- Enfermedad del hígado (hepática)
- Problemas digestivos

Cánceres

- de mama (sueno)
- de boca y garganta
- de hígado
- de colon y recto
- de estómago
- de laringe

Problemas de aprendizaje y memoria

- Demencia
- Mal desempeño escolar

Salud mental

- Depresión



Universidad
de Puerto Rico

Charla virtual

ROMPIENDO EL ESTIGMA:

EL TRASTORNO DE USO DE SUSTANCIAS Y SU IMPACTO

RECURSO AUSPICIADO POR: OPIOID RESPONSE NETWORK



martes, 24 septiembre 2024

10:00AM - 11:30AM



<https://bit.ly/47ylaN9>

✓ Actividad libre de costo.
✓ Divulgación del evento a través de medios UPR



Síntomas de sobredosis por opioides

Pupilas
contraídas
o pequeñas



Problemas
para
respirar



Persona
no responde



Otros síntomas pueden ser:

- Uñas/labios violetas
- Cuerpo flojos

DEPARTAMENTO DE
SALUD





Universidad
de Puerto Rico

CHARLA

LA PASTILLA FALSA:

Trabajando juntos para atender una crisis

Recurso: Sr. Samuel Esquilin, Community Outreach Specialist

- Problemática de las pastillas falsificadas y el fentanilo en la salud pública.
- Uso responsable de disposición de sustancias controladas (National Take-Back).
- Estadísticas sobre la crisis de los opiáceos en Puerto Rico.



JUEVES, 17 OCTUBRE 2024



10:00AM - 11:00AM



<https://bit.ly/4ey7ynb>



SCAN ME



- Actividad libre de costo.
- Divulgación del evento a través de medios UPR.





PR-PDO
PUERTO RICO PREVENT PRESCRIPTION DRUG/OPIOID
OVERDOSE-RELATED DEATHS
GRANT.NO. SP.-21-002

TRATAMIENTOS ASISTIDOS CON MEDICAMENTOS



El tratamiento asistido por medicamentos (MAT) es el uso de medicamentos, en combinación con consejería y terapias conductuales, para proporcionar un enfoque transdisciplinario para el tratamiento de los trastornos por uso de sustancias.

BUPRENORFINA



Este medicamento es un agonista parcial de opioides. La buprenorfina tiene propiedades farmacológicas únicas que ayudan a:

- ✓ Disminuir los efectos de la dependencia física a los opioides, como los síntomas de abstinencia y los antojos.
- ✓ Aumentar la seguridad en casos de sobredosis.
- ✓ Reducir el potencial de uso indebido.
- ✓ Cuando se toma según lo prescrito, la buprenorfina es segura y eficaz.

<https://www.samhsa.gov/medication-assisted-treatment/medications-counseling?related-conditions/buprenorphine>

METADONA



- ✓ La metadona es un agonista opiáceo de acción prolongada.
- ✓ Se usa para evitar los síntomas de la abstinencia en personas que hayan sido dependientes a medicamentos opiáceos o a sustancias ilícitas.
- ✓ Se usa para reducir el deseo de consumo de la sustancia.
- ✓ Funciona al cambiar la manera en que el cerebro y el sistema nervioso responden al dolor.
- ✓ Produce efectos similares a los medicamentos opiáceos y reduce efectos de abstinencia.
- ✓ La medicación con metadona se adapta específicamente al paciente individual (y las dosis a menudo se ajustan y reajustan).

<https://www.samhsa.gov/medication-assisted-treatment/medications-counseling?related-conditions/methadone>

NALTREXONA



- ✓ La naltrexona no es un opiáceo, no es adictiva y no causa síntomas de abstinencia con la interrupción del uso.
- ✓ La naltrexona bloquea los efectos eufóricos y sedantes de los opioides como la heroína, la morfina y la codeína.
- ✓ También reduce y suprime los antojos de opioides. No hay riesgo de abuso y potencial de desviación con naltrexona.
- ✓ Es un inyectable de liberación prolongada que es administrado cada cuatro semanas por un médico.

<https://www.samhsa.gov/medication-assisted-treatment/medications-counseling?related-conditions/naltrexone>



Los medicamentos utilizados en MAT están aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). Los programas MAT están clínicamente impulsados y adaptados para satisfacer las necesidades de cada paciente.

¿Qué son los medicamentos controlados?

Son medicamentos u otra sustancias que el gobierno federal somete a control estricto debido a su capacidad de producir dependencia, abuso o adicción cuando se utilizan por períodos prolongados. Se controla la producción, el uso, la manipulación, el almacenamiento y la distribución de la sustancia.

¿Cuáles son algunos de los medicamentos controlados?

Los medicamentos controlados se dividen en varias categorías, pero dos de las más importantes son los opioides y las benzodiacepinas.

¿Qué son los opioides?

Los opioides son medicamentos que se suelen recetar para tratar dolores crónicos y agudos. Estos ocasionan una sensación efímera de bienestar y alivio.

Entre los opioides más comunes se encuentran:

- Tramadol
- Oxycodona/acetaminofén
- Merpedina
- Fentanilo
- Acetaminofén con codeína

Si alguien presenta las siguientes señales relacionadas a una sobredosis por opioides, administre la Naloxona de tenerla disponible y llame al 911:

- Palidez en el rostro o piel fría.
- Debilidad en el cuerpo.
- Uñas o labios vislumbran un color púrpura o azul.
- Vómitos o ruidos de gorgoteo.
- Adormecimiento o pérdida de consciencia.
- Respiración y latidos cardíacos lentos o detenidos.
- Pupilas puntiagudas.

Si entiende que usted o alguien que conoce tiene un problema o necesita más información, puede llamar a la **Línea PAS 1-800-981-0023** o acceder a www.assmca.pr.gov.

ASSMCA

COMUNÍCATE CON LA LÍNEA PAS

1.800.981.0023 • 988 • TDD: 1.888.672.7622

<http://lineapas.assmca.pr.gov> www.assmca.pr.gov

Grant No. 15P63A-21-GG-02600

ASSMCA ONLINE

www.assmca.pr.gov

Carr. No. 2 Km 8.2, Bo Juan Sánchez, Bayamón, P.R 00960
Tel. 787-763-7575

Pensando en ti...

OBSERVA LAS SEÑALES: ALERTA A LOS OPIOIDES

ASSMCA

Aprobado por la Oficina del Contralor Electoral
OCE-SA-2024-05282

¿Qué son las benzodiacepinas?

Las benzodiacepinas son medicamentos que disminuyen la excitación neuronal y que tienen un efecto antiepiléptico, ansiolítico, hipnótico y relajante muscular. Se utilizan como tratamiento para la ansiedad, insomnio, fobias, trastornos afectivos, entre otros.

Entre las benzodiacepinas más comunes se encuentran:

- Clonazepam
- Alprazolam
- Diazepam
- Lorazepam
- Temazepam

¿Qué es el PDMP?

El Programa de Monitoreo de Medicamentos Controlados de Puerto Rico es una base de datos electrónica que fue creada por la Ley 70-2017 y le requiere a todas las farmacias en la isla que sometan electrónicamente la información de los medicamentos controlados despachados.

A través del programa, los médicos y farmacéuticos pueden conocer el historial de medicamentos controlados de sus pacientes.

Esto les ayuda a:

- Conocer la cantidad de medicamentos que está recibiendo el paciente.
- Tomar decisiones sobre si deben o no recetar o despachar esa receta.

- Identificar pacientes en riesgo de adicciones o sobredosis.
- Identificar pacientes que están visitando múltiples farmacias o médicos.
- Identificar fraude y robo de identidad.

Los medicamentos controlados son una terapia necesaria en la mayoría de los casos, pero es importante que usted hable con su médico sobre su tratamiento. El utilizar los medicamentos de manera inapropiada puede ponerlo en riesgo de desarrollar una adicción o sufrir de una sobredosis.

Algunos consejos:

- Pregúntele a su médico qué tipo de medicamentos le está recetando y por cuánto tiempo.
- Busque información sobre el peligro de combinar ciertos tipos de medicamentos.
- Pregúntele a su médico sobre tratamientos alternos que no requieran opioides.
- No deje de ir a sus citas de seguimiento.
- Almacene correctamente sus medicamentos y disponga de manera segura aquellos que le sobren o que estén expirados.
- Pregúntele a su médico sobre la Naloxona.
- Nunca use más medicamento del que se le indicó.

Busque ayuda si usted o alguien que conoce:

- Siente la necesidad o tiene un fuerte impulso a utilizar el medicamento fuera de las indicaciones del médico.
- Continúa utilizando el medicamento más tiempo del previsto o intenta mantener el suministro de éste.
- Presenta tolerancia al medicamento y necesita tomar más cantidad para obtener el mismo efecto.
- Comienza a ignorar las obligaciones personales o profesionales.
- Comienza a experimentar síntomas de contención en su intento de dejar el medicamento.

El mal uso y abuso de los medicamentos puede traer complicaciones a su salud como:

- Estreñimiento
- Aumentar la sensibilidad al dolor
- Náuseas, vómitos y boca seca
- Adormecimientos o mareos
- Confusión
- Depresión
- Picazón o sudoración

Los riesgos de sufrir una sobredosis aumentan si:

- Usted tiene 65 años o más.
- Tiene historial previo de abuso de drogas.
- Padece de apnea del sueño.
- Está embarazada.



LEY 35

PARA LA PREVENCIÓN DE MUERTES
POR SOBREDOSIS DE OPIOIDES

Esta ley busca remover obstáculos que impidan que personas actúen a favor del bien de la comunidad que sufre de una sobredosis. Además, protege a quienes actúan de BUENA FE al administrar naloxona o solicitar ayuda para una persona que está sufriendo una sobredosis de opioides.

¿QUÉ ES LA NALOXONA?

Es un medicamento que neutraliza los efectos de los opioides en personas que están sufriendo una sobredosis. Éste, no tiene potencial psicoactivo (no afecta el funcionamiento del encéfalo y provoca cambios en el estado de ánimo, la percepción, los pensamientos, los sentimientos o el comportamiento) ni tiene potencial de abuso.

¿A QUIÉNES PROTEGE LA LEY 35?

- ▶ Personas sufriendo una sobredosis que pidan ayuda de emergencia
- ▶ Persona que esté pidiendo ayuda de emergencia para alguien que está sufriendo una sobredosis
- ▶ Protege el uso de la naloxona por personas que no sean profesionales de la salud
- ▶ Recetarios y dispensarios de naloxona
- ▶ Personal de Ley y Orden, primeros respondedores y servicios de emergencias

Evitemos que ocurran más muertes por sobredosis. Tú puedes salvar vidas.
Escribe a fr-cara@assmca.pr.gov y conoce cómo puedes ayudar.



PARA MÁS DETALLES
SOBRE LA **LEY 35**
ACCEDA AL ENLACE

ASSMCA



Aprobado por la Oficina del Comisionado Electoral OCE-SA-2024-00169

LÍNEA PAS: 1.800.981.0023 • 988 • TDD: 1.888.672.7622 • CHAT: LINEAPAS.ASSMCA.PR.GOV

NARCAN/ NALOXONE

Es un medicamento, que sirve para revertir de manera temporal los efectos potencialmente mortales de una Sobredosis por opioides (narcóticos).

DATOS EL NARCAN/NALOXONE

- 01 Es un medicamento que salva vidas. Seguro y eficaz.
- 02 Bloquea los efectos de los opioides.
- 03 Actúa casi de inmediato para detener la sobredosis por opioides.
- 04 Su efecto dura de 30 a 90 minutos después de administrado.
- 05 Esta disponible en forma de spray nasal en farmacia, sin receta médica.



6 DE DICIEMBRE

10:30AM

TALLER
CELIS 116



ASSMCA

MODELO

Cara
Para prevenir muertes por
sobredosis de opioides y
fentanilo.





RIESGOS DEL CONSUMO EXCESIVO

SOMOS CIENCIA

MSP DE ALCOHOL EN LAS FIESTAS DECEMBRINAS

Durante el mes de diciembre, el alcohol suele ser parte de reuniones sociales y festividades, lo que puede conducir a un consumo excesivo y aumentar los riesgos para la salud.

Impactos en tu salud:

- Daños físicos:** Afecta el hígado, el corazón, el sistema digestivo y contribuye a la deshidratación.
- Baja tus defensas:** Debilita el sistema inmunológico, haciéndote más propenso a enfermedades.
- Problemas mentales:** Incrementa la ansiedad y el riesgo de depresión.
- Impacto social:** Aumenta el riesgo de accidentes y conflictos.
- Consejo principal:** Controla tu consumo de alcohol y mantente hidratado para cuidar tu salud. Celebra con amor, cuidado y la compañía de quienes más valoras.

Fuente: NIAAA

TU SALUD.
EL MEJOR
REGALO

