

★ ARGUMENTO A FAVOR DE LA PROPUESTA 7 ★

¿Cuánto nos cuesta cambiar nuestros relojes dos veces al año? Aquí hay algunos hechos que considerar.

Los estudios médicos universitarios en 2012 encontraron que el riesgo de sufrir ataques al corazón aumenta un 10 % los dos días posteriores a un cambio de horario.

En 2016, una investigación adicional reveló que el riesgo de sufrir derrames cerebrales aumenta un 8 % cuando cambiamos nuestros relojes. Para los pacientes con cáncer, el riesgo de sufrir derrames cerebrales incrementa un 25 % y para las personas mayores de 65 años el riesgo de sufrir derrames cerebrales aumenta un 20 %. Todo ello porque alteramos los patrones de sueño.

Y todos los padres saben lo que significa cuando los patrones de sueño de nuestros hijos se alteran dos veces al año.

Ahora, considere el dinero. Cambiar nuestros relojes dos veces al año aumenta el uso de electricidad en un 4 % en muchas partes del mundo; incrementa la cantidad de combustible que usamos en nuestros automóviles, e implica un costo de \$434 millones. Se trata de dinero que podemos ahorrar.

Cambiar nuestros relojes no cambia el momento en el que el sol sale y se pone. La naturaleza lo hace. Los días de verano siempre serán más largos. Los días de invierno seguirán siendo más cortos.

Desde el 2000, 14 países han dejado de cambiar sus relojes. Y, ahora, el 68 % de todos los países no lo hacen. Dejan que la naturaleza determine el tiempo, no sus gobiernos. Disminuye riesgos de salud. Reduce el consumo de energía. Ahorra dinero.

Un voto "SÍ" a la Propuesta 7 permite que California considere hacer que el Horario de Verano o el Horario Estándar sea nuestro horario para todo el año: con esto se cambiarían cosas que son más importantes que cambiar nuestros relojes.

La Propuesta 7 requerirá del voto de dos terceras partes de la legislatura antes de que se tome una decisión final.

MIEMBRO DE LA ASAMBLEA KANSEN CHU

Distrito 25 de la Asamblea de California

ASAMBLEÍSTA LORENA GONZALEZ

Distrito 80 de la Asamblea de California

DR. SION ROY, M.D., cardiólogo

★ REFUTACIÓN DEL ARGUMENTO A FAVOR DE LA PROPUESTA 7 ★

Los que proponen el Horario de Verano permanente insisten en que nos ahorraría energía. No es así. Se han realizado muchos estudios sobre este tema y no hay evidencia concluyente de que tener el horario de verano todo el tiempo nos ahorraría un solo centavo. Cualquier aumento potencial breve en ciertas condiciones médicas se debe sopesar con respecto a los peligros de que esté oscuro más tarde durante las mañanas de invierno.

Cambiar nuestros relojes dos veces al año puede ser inconveniente. Pero requerir que los días durante el invierno comiencen en la oscuridad es más que inconveniente: es peligroso. Es peligroso para los niños que se dirigen a la escuela o esperan el autobús en la oscuridad y para los adultos que deben empezar sus traslados al trabajo también en la oscuridad. El mismo experimento fallido en 1974

de tener el Horario de Verano durante todo el año confirmó esta realidad peligrosa.

Las ventajas de mantener el sistema actual de Horario de Verano durante la primavera, el verano y el otoño con el Horario Estándar en el invierno son claras:

- luz de día hasta la tarde en el verano
- luz de día en la mañana en el invierno
- evitar que nos adelantemos una hora con respecto a los estados occidentales vecinos y México cuatro meses al día

Incrementa el peligro para los niños y adultos en el invierno; horario distinto a los estados que nos rodean. No vale la pena. Vote No a la Propuesta 7.

SENADORA HANNAH-BETH JACKSON

Distrito del Senado 19

★ ARGUMENTO EN CONTRA DE LA PROPUESTA 7 ★

Vote “No” a la Propuesta 7.

La Propuesta 7 resultaría en que California cambie permanentemente al Horario de Verano.

Ya intentamos esto antes y fue un desastre. En 1974, una crisis energética llevó al presidente Nixon a declarar un Horario de Verano permanente de emergencia. Se suponía que duraría 16 meses, pero se detuvo a los 10 meses porque la gente odiaba el hecho de que, por la mañana, el sol salía muy tarde.

El Horario de Verano no crea más horas de luz de día. Solo cambia las horas en las que ocurre esa luz de día. Si usted vive en Anaheim, el sol saldrá a las 6:55 a. m. la mañana de Navidad este año. Con el Horario de Verano, saldría a las 7:55 a. m.

Tenemos el Horario de Verano durante el verano para que haya luz cuando llegamos a casa después del trabajo. Y cambiamos al Horario Estándar en el invierno para que haya luz en la mañana.

¿Qué significaría tener un Horario de Verano permanente? El sol saldría una hora más tarde en comparación a si estuviéramos en el Horario Estándar. Si usted vive en Eureka o Susanville, todavía estaría oscuro a las 8 a. m. el día de Año Nuevo. Si vive en Los Angeles o en Twentynine Palms, el sol saldría hasta las 7:30 a. m. o más tarde de noviembre a febrero.

Aquellos de ustedes a los que les gusta levantarse con el sol, se despertarían en la oscuridad. Estaría preparando a su familia para comenzar el día en la oscuridad; sus hijos caminarían a la escuela o esperarían el autobús antes de que el sol saliera. Aquellos de ustedes que hacen ejercicio o van a

algún servicio religioso antes del trabajo, lo harían en la oscuridad.

Algunos argumentan que el Horario de Verano ahorra energía o nos da más seguridad. Pero no existe evidencia científica de eso. Es solo una cuestión de conveniencia. Ahora tenemos Horario de Verano durante el verano para que podamos tener más luz en la tarde, cuando podemos disfrutarla, en vez de tener esa luz de día entre las 5 y 6 de la mañana, cuando preferiríamos que estuviera oscuro. Después, cambiamos al Horario Estándar en el invierno para que no esté oscuro en la mañana.

Estar en un Horario de Verano permanente nos pondría fuera de sincronización en relación con nuestros vecinos. Si bien siempre tendremos el mismo horario que Arizona, parte del año tendremos el mismo horario que los otros estados con la Hora de la Montaña, y el resto del año estaríamos en línea con Nevada, Oregon, Washington y México.

Sí, es una inconveniencia menor cuando nos “adelantamos” y perdemos esa hora (aunque es genial cuando ganamos esa hora extra cuando nos “atrasamos”). Pero para evitar estas transiciones no vale la pena la confusión que habría con los horarios de otros estados y los meses de mañanas oscuras que tendríamos que soportar si tuviéramos un Horario de Verano permanente.

SENADORA HANNAH-BETH JACKSON

Distrito del Senado 19

PHILLIP CHEN, miembro de la Asamblea

Distrito 55

★ REFUTACIÓN DEL ARGUMENTO EN CONTRA DE LA PROPUESTA 7 ★

Los que se oponen a la Propuesta 7 no pueden disputar los hechos científicos y económicos que muestran que cambiar nuestros relojes dos veces al año es peligroso para nuestra salud y economía. La Propuesta 7 implica mantener a nuestras comunidades, lugares de trabajo, escuelas y caminos seguros y productivos.

Los estudios muestran que, cuando hay un cambio de horario, hay mayor probabilidad de que ocurran ataques al corazón y derrames cerebrales.

A los niños se les saca de su patrón habitual de sueño y se concentran menos en el salón de clases.

Los accidentes de tránsito y las lesiones en el lugar de trabajo aumentan significativamente después de que cambiamos nuestros relojes.

Sin mencionar que nuestra economía recibe el golpe de perder \$434 millones en productividad cuando los relojes se adelantan y atrasan una hora cada año.

California puede deshacerse del peligroso cambio de horario al votar “Sí” a la Propuesta 7.

Únase a padres, profesionales médicos y defensores de la seguridad laboral al votar “Sí” a la Propuesta 7.

www.YesProp7.info.

MIEMBRO DE LA ASAMBLEA KANSEN CHU

Distrito 25 de la Asamblea de California

ASAMBLEÍSTA LORENA GONZALEZ

Distrito 80 de la Asamblea de California