

Estimados Pais!

Diante das repercussões do jogo “Baleia Azul”, que instiga os jovens a mutilações e ao suicídio e da série “13 Reasons Why”, da Netflix, que aborda o suicídio de uma estudante, o Colégio abrirá espaço para conversarmos sobre o assunto com os estudantes de 3º ano do Ensino Fundamental até a 3ª série do Ensino Médio.

Durante esse período, esclareceremos dúvidas e reforçaremos a valorização da vida, do respeito ao próximo, do princípio da empatia, que pode evitar o bullying e suas consequências. Também é momento oportuno para tratarmos dos pontos positivos e negativos do ambiente digital.

Lembramos que o papel da família é muito importante nesse momento no sentido de dar abertura ao diálogo e estar atenta a todas as reações e amizades de seus filhos (no ambiente real e virtual).

Sendo assim, alertamos sobre a importância de acompanhar de perto a rotina dos filhos, prestando atenção a sinais que podem indicar algo mais grave. Confira as orientações da Secretaria Municipal de Saúde de POA acerca desse tema:

- Falas sobre morte e suicídio, mesmo que indiretamente, com vontade de “sumir”, “desaparecer”, “ir embora”;
- Isolamento (afastar-se da família, dos amigos);
- Perda do interesse em atividades que costuma fazer;
- Perda do interesse nas pessoas;
- Mudanças no hábito de sono (insônia ou aumento das horas dormindo);
- Mudança dos hábitos alimentares (perda ou aumento de apetite);
- Irritabilidade, crises de raiva;
- Piora no desempenho escolar;
- Comportamentos autodestrutivos (automutilação, uso de álcool e drogas, exposição a situações de risco);
- Ter tentativas de suicídio anteriores.

SAIBA MAIS:

Baleia Azul:

É um jogo virtual que propõe desafios macabros aos adolescentes, como bater fotos assistindo a filmes de terror, automutilar-se, ficar doente e, na etapa final, cometer suicídio.

Algumas recomendações importantes:

- Falar de movimentos positivos como a página do Facebook “Baleia Rosa” que traz uma lista de “tarefas do bem” – <https://www.facebook.com/eusoubaleiarosa/>
- Informar aos filhos a existência do jogo Baleia Azul e seus perigos;
- Instruir os filhos a não adicionarem estranhos nas Redes Sociais;
- Restringir o uso da Internet em determinados horários;
- Monitorar o uso de smartphones e Redes Sociais;
- Estar presente nos pátios virtuais e acompanhar o que o filho está fazendo;
- Ficar atento a qualquer mudança radical no comportamento de crianças e adolescentes;
- Acolher os filhos e conversar sempre que notar neles um desconforto.

13 Reasons Why:

É uma série americana disponível gratuitamente aos assinantes do serviço streaming Netflix. A série gira em torno de uma estudante que se mata depois de ter sofrido várias agressões no ambiente escolar. Antes de tirar a própria vida, ela grava fitas cassete explicando para treze pessoas como elas desempenharam um papel na sua morte: os treze motivos.

Algumas recomendações importantes:

- A série tem classificação indicativa de 16 anos. Menores devem assisti-la acompanhados dos pais ou responsáveis. Caso seu filho esteja assistindo, é essencial que você o acompanhe;
- É importante conversar com os jovens e aprofundar as questões abordadas: Que temas são levantados pela série? Que outra alternativa a protagonista poderia ter escolhido? Como ajudar um colega que sofre agressões na escola? A importância do respeito ao próximo...
- Destacar que a depressão é uma doença grave, mas tem cura.

ONDE BUSCAR AJUDA?

Centro de Valorização da Vida: oferece ajuda por telefone, chat, Skype, e-mail e presencialmente.

Telefones: 141 (24 horas, para todo o país) e 188 (gratuito, apenas para o RS)

- www.cvv.org.br
- facebook.com/cv141

O Programa de Depressão na Infância e Adolescência do Hospital de Clínicas de POA tem limitações de atendimento, mas é possível solicitar encaminhamento para lá em qualquer posto de saúde pública.

A Direção.

Esteio, abril de 2017.