



Prefeitura Municipal de Porto Alegre
Secretaria Municipal de Saúde
Gabinete Secretário



Porto Alegre, 19 de Abril de 2017

NOTA TÉCNICA Nº 02/2017

ALERTA AOS SERVIÇOS DE SAÚDE DE PORTO ALEGRE

A Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre, por meio desta Nota, emite alerta aos serviços de saúde de Porto Alegre relacionado ao aumento de casos de atendimentos nos Plantões de Emergência em Saúde Mental registrados nos últimos dias.

Trata-se em especial de crianças e adolescentes com tentativa de suicídio, com relação a ser investigada tanto com o "jogo da Baleia Azul", que consiste em uma série de desafios que incluem tarefas de automutilação e ingestão de medicamentos, quanto com a série "13 Reasons Why", que aborda o suicídio na adolescência.

Dessa forma, orientamos alerta máximo com garantia de acesso irrestrito a crianças e adolescentes e elevado nível de suspeição, bem como orientações aos pais e cuidadores quanto aos seguintes sinais abaixo:

- Falas sobre morte e suicídio, mesmo que indiretamente, como vontade de "sumir", "desaparecer", "ir embora"
- Isolamento (afastar-se da família, dos amigos)
- Perda do interesse em atividades que costumava fazer
- Perda do interesse nas pessoas
- Mudanças no hábito de sono (insônia ou aumento das horas dormindo)
- Mudanças dos hábitos alimentares (perda ou aumento de apetite)
- Irritabilidade, crises de raiva
- Piora no desempenho escolar
- Recusa a ir à escola
- Comportamentos auto-destrutivos (auto-mutilação, uso de álcool e Drogas, exposição a situações de risco)
- Ter tentativas de suicídio anteriores
- Mudanças de comportamento em geral
- Em pessoas que vem com quadro depressivo, melhora repentina (podem simular melhora para conseguir executar o ato suicida)
- História de suicídio ou tentativa de suicídio na Família
- Diagnóstico prévio de doença mental
- Exposição a violência
- Situações de bullying
- Abuso sexual prévio ou recente
- Postagens de baixa auto-estima nas redes sociais
- Interesse anormal por filmes de terror, passando horas assistindo
- Preocupação repentina com morte, morrer e violência.

Porto Alegre dispõe de dois Plantões de Emergência em Saúde Mental com atendimento 24 horas, localizados no Centro de Saúde Vila dos Comerciantes e no Centro de Saúde IAPI, com fluxo recentemente implantada de monitoramento dos casos e de garantia de recebimento pós-atendimento de emergência dos pacientes nas Equipes Especializadas de Saúde da Criança e do Adolescente e nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS).

O Departamento Estadual da Criança e do Adolescente (DECA), ligado à Polícia Civil, e o Ministério Público também já foram acionados e estão em alerta, devendo os casos suspeitos ser denunciados também a essas instâncias com vistas à adequada investigação e apuração dos casos. Ações conjuntas estão sendo organizadas e serão oportunamente divulgadas com vistas ao manejo adequado dessa situação.

Contatos DECA: 2131.5708 (em horário comercial), 0800-6426400 ou via WhatsApp (51) 98418-7814

Erno Harzheim
Secretário Municipal da Saúde
Prefeitura de Porto Alegre

Secretaria Municipal de Saúde – Porto Alegre
Av. João Pessoa, 325 – CEP 90040-000
Fones 3289-2880 / 3289-2705 / Fax 3289-2701

SINEPE/RS alerta escolas sobre jogo da `Baleia Azul` e série do Netflix

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 SINEPE/RS orienta as escolas particulares a abrirem espaços para discussão sobre o assunto na instituição. "A escola deve aproveitar esse momento para ouvir os estudantes, esclarecer dúvidas e falar sobre valorização da vida, respeito ao próximo, enfim, atitudes que podem evitar o bullying e suas consequências. Também é um momento oportuno para tratar dos riscos e das armadilhas do ambiente digital", orienta o presidente do SINEPE/RS Bruno Eizerik. Ele lembra que o papel da família nessa hora é fundamental. "É em casa que o diálogo deve começar e a escola deve dar sequência a essa discussão". Em caso de suspeitas de comportamento estranho dos alunos, a escola deve acionar os pais, e se for preciso, o Conselho Tutelar e a rede de saúde.

O Sindicato sugere também que se faça um trabalho de conscientização com as famílias sobre a importância de acompanhar de perto a rotina dos filhos e para ficarem atentas a sinais que podem indicar algo mais grave. Confira abaixo as orientações da Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre:

- 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 costumava fazer;
- perda do interesse nas pessoas;
- mudanças no hábito de sono (insônia ou aumento das horas dormindo);
- mudanças dos hábitos alimentares (perda ou aumento de apetite);
- irritabilidade, crises de raiva;
- piora no desempenho escolar, recusa a ir à escola;
- comportamentos auto-destrutivos (auto-mutilação, uso de álcool e Drogas, exposição a situações de risco);
- ter tentativas de suicídio anteriores.

Saiba mais:

Baleia Azul

O "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 da Baleia Azul e seus perigos.
- Instruir os filhos a não adicionarem estranhos nas redes sociais.
- Monitorar o uso de smartphones e redes sociais.
- Restringir o uso da internet em determinados horários.
- 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 algum desconforto.

- 13 Reasons Why

"13 Reasons Why" é uma série americana disponível gratuitamente aos assinantes do serviço de streaming Netflix. A série gira em torno de uma estudante que se mata após uma série de agressões sofridas dos colegas no ambiente escolar. Antes de tirar a própria vida, ela grava fitas de 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. Quais temas são levantados pela série? Qual outra alternativa a protagonista poderia ter escolhido? Como ajudar um colega que sofre agressões na escola? Qual impacto das ações negativas sobre os outros colegas? 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/cvv141](https://www.facebook.com/cvv141)

— O Programa de Depressão na Infância e Adolescência do Hospital de Clínicas de Porto Alegre tem limitações de atendimento, mas é possível pedir encaminhamento para lá em qualquer posto de saúde pública