

Razões para refletir

Série "13 Reasons Why" provoca um espinhoso debate entre jovens e adultos.

Sua Vida | 34 e 35



"13 REASONS WHY": ROMANTIZAÇÃO OU TEMA À TONA?

ESPECIALISTAS CONSIDERAM POSITIVO o debate para os sinais de risco a partir da série, mas têm receio sobre a abordagem do assunto no programa

ITAMAR MELO*

itamar.melo@zerohora.com.br

A partir do início de abril, voluntários do Centro de Valorização da Vida (CVV) começaram a notar um crescimento acentuado na quantidade de contatos com pedidos de informação e ajuda. Os e-mails diários mais do que quintuplicaram, passando de uma média de 55 para 300 no país. Os acessos ao site saltaram de 2,5 mil ao dia para 6,7 mil. Os telefones tocaram sem parar – em Porto Alegre, o número de ligações dobrou –, muitos deles acionados por adolescentes às voltas com sintomas depressivos e pensamentos suicidas. Vários desses jovens citaram, como gatilho para a ligação, o seriado *13 Reasons Why*, que estreou em 31 de março na Netflix. “Eu me identifico com a Hannah”, contaram muitos deles.

Hannah Baker é a protagonista, uma estudante de Ensino Médio que tira a própria vida, mas antes deixa gravações em fitas cassete nas quais aponta as motivações que a teriam levado ao suicídio: bullying, violação da privacidade, assédio, incompreensão, estupro.

A série também abalou adultos, que ficaram receosos em relação aos filhos, e mobilizou psiquiatras e psicólogos, muitos dos quais atiraram-se a maratonas para ver os 13 episódios e avaliar que tipo de impacto a peça de ficção poderia ter sobre os pacientes. Em duas semanas, o espinhoso tema do suicídio adolescente virou assunto de conversa nos consultórios, na escola, no café, nas redes sociais.

Por um lado, a repercussão teve um efeito que especialistas consideram positivo: chamou a atenção para um problema extremamente sério e que, com frequência, passa despercebido, abrindo caminho para que as pessoas estejam atentas a sinais de risco e que busquem auxílio. Um forte indício de que isso está acontecendo é justamente o aumento da procura pelos serviços de prevenção, como o CVV. A outra face da moeda é o temor, manifestado por vários profissionais, de

que a maneira como o suicídio é abordado no seriado possa encorajar comportamentos parecidos.

– Temos aconselhado aos pais que assistam também, que conversem, que deixem os filhos à vontade para falar sobre aquilo que a série desperta neles. Essa é a boa expectativa, a oportunidade de conversarmos sobre isso – afirma o psiquiatra Neury José Botega, professor da **Unicamp**.

Autor de livros como *Crise Suicida: Avaliação e Manejo e Comportamento Suicida*, Botega alerta, no entanto, para uma romantização do suicídio:

– A cena que mostra o suicídio não é recomendada. Está nos manuais de prevenção não transformar a pessoa que se mata em herói e não mostrar detalhes do método.

300

passou a ser o número diário de e-mails recebidos pelo CVV após a série começar a repercutir. Antes eram 55

Outro profissional que demonstra preocupação é Rafael Moreno Ferro Araújo, coordenador do Comitê de Prevenção do Suicídio da Associação de Psiquiatria do Rio Grande do Sul (APRS). Quando conversou com ZH, ele ainda estava planejando ver os episódios, mas manifestava receio a partir das informações que tinha reunido:

– Há um período em que o adolescente passa a desidealizar os pais. Nessa frustração, busca outras figuras de referência. Tendo acesso a esse tipo de mídia, modelo, pode se identificar e ter comportamentos semelhantes.

A psiquiatra Berenice Rheinheimer, que em sua dissertação de mestrado abordou a tentativa de suicídio na infância e na adolescência, também acredita que o seriado pode desencadear mortes. Lembra que notícias de suicídio podem levar à imitação e que, quanto mais jovem se é, maior a influência dos outros. Para Bere-

nice, o único aspecto positivo de *13 Reasons Why* é o de trazer o assunto ao debate. A trama tem, segundo a médica, inúmeras inverossimilhanças na comparação com a vida real – a principal é o fato de a protagonista não apresentar doença mental, pois a grande maioria dos adolescentes que cometem suicídio têm alguma patologia desse tipo. Além disso, ela acredita que o bullying que Hannah sofreu também é diferente:

– Ela tinha amigos, ainda que mudasse de grupo quando ocorria um problema. Não era um bullying tradicional. Criança ou adolescente que sofre com isso geralmente não conseguem se relacionar.

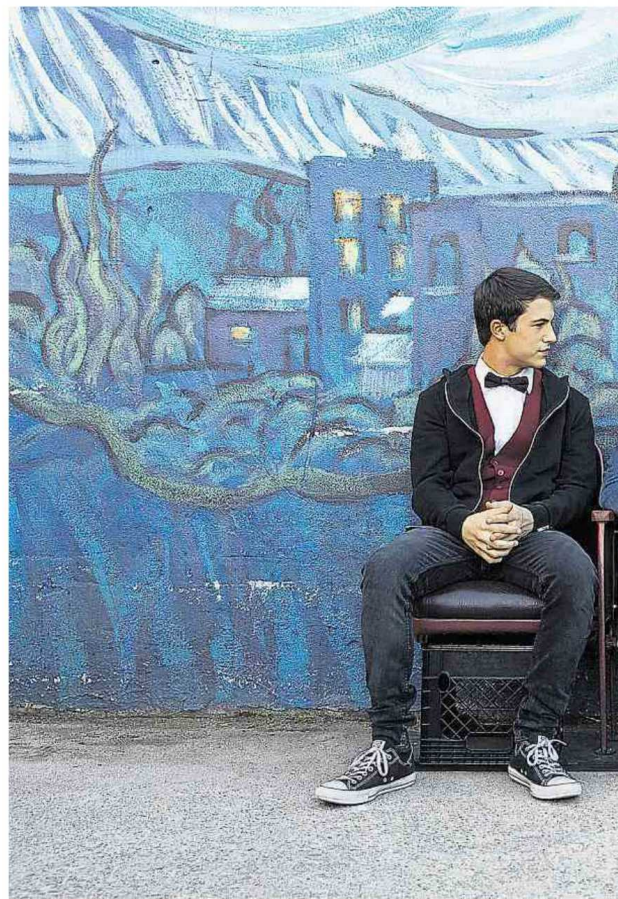
DOCUMENTÁRIO AO FINAL DA OBRA ABORDA CUIDADOS

Há posições mais otimistas. Christian Kieling, coordenador do Programa de Depressão na Infância e na Adolescência (Prodia) do Hospital de Clínicas, a princípio estava preocupado e tratou de assistir a todos os episódios, depois que pacientes perguntaram se era apropriado ver a série ou não:

– Tinha lido muita coisa nas redes sociais, dizendo que no final se vangloriava o suicídio. Mas assisti e não fiquei com essa impressão. É preciso alertar que tem cenas muito fortes e que o último capítulo é muito explícito. Não recomendaria para alguém que tem problema mental. Mas acho que a série traz à tona o debate, e é fundamental que a gente possa falar sobre suicídio.

Diante da polêmica, a Netflix afirmou ter tratado o assunto com o máximo cuidado, recorrendo à consultoria de especialistas. Também ressaltou que, ao final do último episódio, há um documentário de 30 minutos sobre o tema. Nele, o desenvolvedor do programa, Brian Yorkey, afirma que se trabalhou duro para que as imagens da morte não fossem gratuitas: “Queríamos que fosse difícil de ver, para ficar claro que não há nada que valha a pena (*no suicídio*)”.

Colaboraram Angela Chagas e Larissa Rosa



Números alertam para o fenômeno

No segundo semestre de 2016, o Programa de Depressão na Infância e na Adolescência (Prodia) do Hospital de Clínicas visitou escolas estaduais da área central de Porto Alegre para aplicar um questionário confidencial sobre sintomas depressivos. Participaram 1.065 estudantes de 14 a 16 anos. O estudo, ainda inédito, revelou que 8,5% dos adolescentes já haviam pensado em se matar. Entre as meninas, o índice chegava a 12,3%. O resultado é recebido sem surpresa por especialistas.

– É um índice elevado, mas já se sabe que a ideação suicida não é fenômeno raro na adolescência – alerta o psiquiatra Christian Kieling, coordenador do Prodia.

Um estudo norte-americano feito em escolas de Ensino Médio, por exemplo, apontou que 17,7% dos estudantes já pensaram seriamente em se matar, 8,6% fizeram tentativas e 2,8% tiveram de ser atendidos por algum profissional de saúde, por causa das consequências do ato. Segundo o psiquiatra Ricardo Nogueira, coordenador do Centro de Promoção da Vida e Prevenção

do Suicídio do Hospital Mãe de Deus, o suicídio é hoje, no Estado, a principal causa de morte entre meninas de 14 a 19 anos e a terceira causa entre os garotos, atrás de homicídio e trânsito.

– Está cada vez mais precoce e aumentando principalmente entre as meninas – afirma o médico.

Além disso, no Brasil, dados do Mapa da Violência do Ministério da Saúde indicam crescimento das taxas de suicídio, entre 2002 e 2012, de 44% dos 10 aos 14 anos e de 33,5% dos 15 aos 19.

De acordo com Nogueira, a prevalência da depressão e do suicídio está relacionada a adolescentes cada vez mais vulneráveis:

– Outro dia, atendemos um menino de oito anos que estava tentando se matar porque ninguém dava atenção. Os adolescentes são vítimas de abandono.

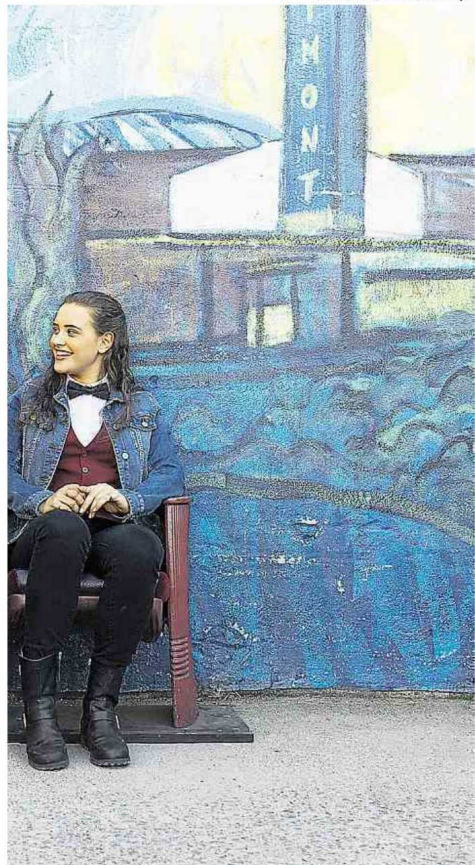
Os pais ignoram, não falam com os filhos. Isso acontece na classe média, na classe média alta. Se não têm pais, quem é que eles procuram? Eles vão para a internet, e lá encontram sites de suicídio, anorexia, bulimia.

Os casos que chegam

8,5%

de adolescentes entrevistados em escolas da área central da Capital já pensaram em se matar

BETH DUBBER, NETFLIX, DIVULGAÇÃO



Leia especial do caderno DOC sobre suicídio bit.ly/suicidioDOC

Hannah Baker é a protagonista que se mata na obra de ficção e deixa fitas apontando os motivos que a levaram a isso

Automutilação pode indicar ideias de morte nos jovens

Um fenômeno que está preocupando cada vez mais os profissionais da área de saúde mental que atendem adolescentes é o aparente crescimento dos casos de automutilação. Tem se tornado comum que, diante de frustrações, garotos e garotas reajam fazendo cortes no próprio corpo. Pesquisas internacionais apontam que entre 16% e 23% dos adolescentes têm práticas autolesivas.

– É preciso chamar a atenção para isso, porque está quase generalizado – alerta o psiquiatra Ricardo Nogueira.

Estar atento à automutilação é importante porque ela pode ser um sinal precoce do risco de suicídio.

– O comportamento automutilatório é um dos poucos sinais que a gente tem em psicologia da adolescência que predizem que aquele jovem vai tentar o suicídio dentro de alguns meses. São jovens que sentem emoções desa-

gradáveis, como frustração, tristeza, medo, raiva, não sabem lidar e acabam se cortando para aliviar essas emoções – observa Rafael Moreno Ferro Araújo, coordenador do Comitê de Prevenção do Suicídio da Associação de Psiquiatria do Rio Grande do Sul (APRS).

O psiquiatra orienta os pais a ficarem atentos a alterações comportamentais que podem lançar suspeitas sobre a automutilação, como presença de cicatrizes ou uso de roupas compridas no calor. Outros sinais de atenção, para a depressão ou mesmo o risco de atentar contra a vida, são o isolamento, o retraimento social e o bullying – quem pratica também tem mais risco de cometer suicídio.

“

No momento em que o adolescente se corta, são liberados opioides no sangue, anestesiando a emoção ruim.

RAFAEL ARAÚJO
Psiquiatra

– A tentativa de suicídio não é uma coisa que acontece de uma hora para outra na adolescência. Em geral, do início da vontade de se matar até a tentativa passam uns seis meses – ressalta Araújo.

Autoagressão em desafio da Baleia Azul preocupa médicos

Enquanto mostram receios matizados quando falam do seriado *13 Reasons Why*, profissionais que atendem jovens não escondem o horror se o assunto é outro fenômeno relacionado ao suicídio adolescente. Trata-se do Jogo da Baleia Azul, que está se espalhando mundo a fora pelas redes sociais. Especula-se que mais de uma centena de suicídios na Rússia e até alguns casos no Brasil tenham ligação com a brincadeira macabra, uma espécie de gincana com tarefas a serem cumpridas ao longo de 50 dias. As “missões” seriam orientadas por um curador, que verificaria se os resultados alcançados pelos jogadores são satisfatórios, e apresentariam graus de dificuldade variados: assistir a filmes de terror, acordar de madrugada, desenhar baleias, criar inimizadas e se automutilar. O 50º e último desafio seria o de tirar a própria vida.

Nos últimos dias, a polícia passou a investigar alguns casos que poderiam estar ligados à prática do jogo no Brasil. Nesta semana, por exemplo, teriam ocorrido em um único dia sete tentativas de suicídio entre adolescentes em Curitiba. Também há investigações no Rio de Janeiro, no Mato Grosso e na Paraíba.

– A série da Netflix tem

um lado bom, que é fazer as pessoas conversarem e procurarem ajuda. O Baleia Azul é muito mais deletério, porque leva os jovens a uma coisa de assumir o risco, cumprir etapas, incluindo automutilação e autoagressão. É só ruim – crítica o psiquiatra Neury José Botega.

Rafael Moreno Ferro Araújo, coordenador do Comitê de Prevenção do Suicídio da APRS, acredita que o Baleia Azul pode levar os adolescentes a se matar por atuar na questão da habituação:

– Em geral, antes de acontecer o suicídio de forma letal, são necessários alguns requisitos. Se a pessoa tem medo de sofrer dor, a tendência é não tentar, por exemplo. Nesse jogo, eles começam com testes de dor, de sofrimento, e isso vai aos poucos habituando, deixando o jovem mais tolerante à dor, até que chega o ponto que ele tem de se matar. Quem inventou isso é muito perverso.

Como antídoto ao perigo, já começaram a surgir algumas iniciativas. É o caso do Baleia Rosa, uma página de Facebook criada por dois publicitários de São Paulo. Eles tentaram fazer exatamente o oposto do Baleia Azul, propondo uma lista de tarefas do bem. A página já passou de 160 mil curtidas.



Incentive desafios do bem. Confira em facebook.com/eusoubaleiarosa

Secretaria de Porto Alegre emite nota sobre jogo

A repercussão de casos do Jogo da Baleia Azul motivou a Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre a emitir uma nota ontem. A pasta alerta para que pais e mães observem o possível comportamento incomum de seus filhos.

A nota ressalta que a Capital 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 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).

Conforme a prefeitura, o Departamento Estadual da Criança e do Adolescente (Deca), ligado à Polícia Civil, e o Ministério Público foram acionados e estão em alerta. Ações conjuntas estão sendo organizadas.

SINAIS DESTACADOS

- ▼ 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 autodestrutivos (automutilação, uso de álcool e drogas, exposição a situações de risco)
- ▼ Ter histórico de tentativas de suicídio anteriores

às clínicas costumam repetir padrões. Nesta semana, por exemplo, Nogueira tinha internadas duas meninas que engravidaram, tentaram abortar e não conseguiram. Por causa disso, fizeram tentativas de se matar. Uma proporção expressiva dos casos envolve ainda, segundo especialistas, abusos sexuais e físicos, frequentemente praticados no âmbito doméstico.

188

é o número do Centro de Valorização da Vida (CVV) no Rio Grande do Sul (veja abaixo outras formas de ajuda)

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)
- ▼ cvv.org.br
- ▼ 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

SITES COM ORIENTAÇÃO

- ▼ Setembro Amarelo
- ▼ Movimento Conte Comigo
- ▼ Associação Brasileira de Estudos e Prevenção ao Suicídio
- ▼ *Cartilha Suicídio: Informando Para Prevenir*. Produzida pela Associação Brasileira de Psiquiatria e do Conselho Federal de Medicina. Disponível no site do CVV, na aba Conheça Mais, ou em zhora. co/cartilha-prevenir

DIAGNÓSTICO E TERAPIA MAIS COMPLICADOS

Essas e outras características tornam as situações envolvendo adolescentes mais complicadas do que aquelas entre adultos, diz Rafael Moreno Ferro Araújo, coordenador do Comitê de Prevenção do Suicídio da Associação de Psiquiatria do Rio Grande do Sul (APRS):

– O tratamento é complexo, porque medicação e terapia funcionam menos. E muitas vezes tem de ter a abordagem da família, porque a maioria dos casos de suicídio na adolescência envolve maus-tratos. Temos abuso por parte dos pais em 80% dos casos, sexual, físico ou negligência. Medicação e tratar de forma isolada não funciona.

Perceber que algo está errado pode ser complicado. O psiquiatra observa que a depressão na adolescência se manifesta diferente:

– O adolescente pode estar superdeprimido, pensando em se matar, e continuar indo para o colégio, fazendo festa com os amigos.



CONTATOS DO DECA

2131-5708
(em horário comercial),
0800-6426400
ou pelo WhatsApp
(51) 98418-7814.



Escolas fazem ações para alertar estudantes: bit.ly/escolasjogo