

"13 Reasons Why"

Los pensamientos suicidas y las autolesiones de los adolescentes se han duplicado en una década.

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry

Un nuevo estudio de EE. UU. coincide con las preocupaciones respecto al tema por la serie '13 Reasons Why' de Netflix



Una nueva y controversial **serie de Netflix, "13 Reasons Why"**, ha renovado el enfoque del público en la tragedia que es el suicidio adolescente, y un nuevo estudio sugiere que su estreno es oportuno.

El informe encuentra que la cantidad de niños estadounidenses que son admitidos en hospitales pediátricos por pensamientos suicidas o autolesiones aumentó en más del doble en la última década.

Los diagnósticos de pensamientos suicidas o intentos de autolesión aumentaron de un 0.67 por ciento de todos los niños tratados en 2008 a un 1.79 por ciento en 2015, según datos de 32 hospitales pediátricos a lo largo de Estados Unidos.

Los pensamientos o intentos suicidas de los niños parecen fluctuar con el calendario escolar: **alcanzan sus niveles más bajos en verano y se disparan en otoño y primavera**, dijo el investigador líder, el Dr. Gregory Plemmons, profesor asociado de pediatría en la Universidad de Vanderbilt en Nashville, Tennessee.

"Claramente, la escuela puede impulsar" el suicidio adolescente, comentó Plemmons, aunque añadió que los motivos de esta asociación no están claros.

"No se puede señalar nada en concreto", dijo Plemmons. **"En algunos niños, se reporta que el rendimiento académico y el estrés son desencadenantes. En otros, quizá sea el**

www.suicidioadolescente.com.ar

ciberacoso a través de los medios sociales y otras cosas que no son tan comunes en verano como durante el año escolar".

A los psicólogos y educadores les preocupa que "13 Reasons Why", adaptada de una novela para jóvenes adultos que es un éxito de ventas, haga que el suicidio parezca glamoroso. Como resultado, Netflix anunció el lunes que añadirá advertencias para los televidentes en el inicio del programa, para disuadir de la conducta de imitación.

La serie se centra en el suicidio de una chica adolescente que deja 13 cintas grabadas, cada una dirigida a una persona que afirma que tuvo un rol en su decisión de suicidarse.

El suicidio adolescente "ha estado en los medios" por la nueva serie, que "muchos adolescentes lo han estado viendo", dijo Plemmons.

"Hay que aumentar la concienciación", apuntó. "No deseamos minimizar los problemas muy reales a los que se enfrentan los adolescentes, con la depresión y el suicidio. Y para nada queremos hacer que el suicidio parezca glamoroso, pero mientras más podamos reducir el estigma asociado con la enfermedad mental y la depresión, mejor será la prevención, con algo de suerte".

En el estudio, Plemmons y sus colaboradores encontraron más de 118,000 encuentros en el hospital entre 2008 y 2015 en que un niño o adolescente fue diagnosticado con pensamientos suicidas o autolesiones.

Los hallazgos se presentarán el 7 de mayo en la reunión anual de las Sociedades Pediátricas Académicas (Pediatric Academic Societies), en San Francisco. Las investigaciones presentadas en las reuniones se consideran preliminares hasta que se publican en una revista revisada por profesionales.

Poco más de la mitad de los pacientes con pensamientos o acciones suicidas tenían entre 15 y 17 años de edad, y otro tercio tenía de 12 a 14. Un 13 por ciento adicional de los pacientes tenían entre 5 y 11, según los hallazgos.

Se encontraron aumentos significativos en todos los grupos de edad, pero tendían a ser más marcados en los niños mayores. Los adolescentes de 15 a 17 años tuvieron el mayor aumento, seguidos por los de 12 a 14 años.

El Dr. Victor Schwartz, director médico de la JED Foundation en la ciudad de Nueva York, considera que la presión académica tiene un rol importante en el estrés infantil, sobre todo tras la crisis financiera de 2008. La JED Foundation es una organización nacional sin fines de lucro para la prevención del suicidio.

"Los niños sienten una tremenda incertidumbre sobre sus futuros laborales y económicos. Si uno no sobresale y no pertenece a ese grupo de ganadores, la situación

www.suicidioadolescente.com.ar

no será buena", dijo Schwartz. "Para muchos de esos niños, siempre parece que sea una situación de alto riesgo. No hay espacio para los errores, ni para que las cosas salgan mal o sacar una B o una C en alguna clase".

El mayor aumento pareció ser entre las chicas adolescentes, una observación que encaja con otros estudios, comentó Plemmons.

"Sabemos sin duda que la pubertad impulsa al suicidio", señaló Plemmons. "La edad promedio en la que las chicas llegan a la pubertad ha cambiado en las últimas décadas. Ahora, las chicas llegan a la pubertad antes, y eso es algo a tener en cuenta".

Pero esas cifras también podrían haber aumentado porque los profesionales de la atención de la salud se están haciendo más expertos en la detección de los niños en riesgo, añadió Plemmons.

"Ojalá estemos haciendo más pruebas de detección, y si se hacen más pruebas se detectarán más niños con estos pensamientos", dijo.

Un segundo estudio presentado en la reunión ilustró los desafíos en la detección de los adolescentes que podrían estar en riesgo de suicidio.

Los investigadores encontraron que pocos adolescentes en realidad utilizan la palabra "deprimido" para describir las emociones negativas que los acosan.

Los padres, los educadores y los médicos deben apoyarse más bien en otras pistas que indican depresión, planteó la coautora del estudio, Daniela DeFrino, profesora asistente de investigación en el Colegio de Medicina y el Colegio de Enfermería de la Universidad de Illinois.

Los adolescentes que sufren de depresión son más propensos a decir que están "estresados", "ansiosos" o "tristes"

"Encontramos que quizá sea fácil pasar por alto otras formas en que los adolescentes hablan sobre lo que sienten", dijo DeFrino.

Otras pistas comunes de la depresión adolescente incluían:

- Un aumento en la ira y la irritabilidad.*
- Una pérdida de interés en actividades que antes disfrutaban.*
- Unos patrones de sueño alterados, lo que incluye insomnio o dormir en exceso.*

Dos tercios de los adolescentes también habían visitado al médico por enfermedades físicas, como úlceras, migrañas, dolores de estómago y fatiga.

www.suicidioadolescente.com.ar

Los investigadores sacaron esas pistas de entrevistas realizadas con 369 adolescentes de 13 a 19 años en riesgo de depresión que participaron en un ensayo clínico con fondos federales.

Los adolescentes anotaron con frecuencia las presiones en la escuela, los problemas familiares y la muerte de personas cercanas a ellos como fuentes de estrés o dificultades.

Schwartz dijo que tiene sentido que esos niños quizá no usen las mismas palabras que los adultos para expresar tristeza o depresión.

"No es obvio que los niños pequeños y los adolescentes siempre cuenten con el lenguaje para hablar sobre sus experiencias emocionales", planteó Schwartz.

FUENTES:

Gregory Plemmons, M.D., associate professor, pediatrics, Monroe Carell Jr. Children's Hospital, Vanderbilt University, Nashville, Tenn.;

Victor Schwartz, M.D., chief medical officer, JED Foundation, New York City;

Daniela DeFrino, Ph.D., R.N., assistant professor, research, University of Illinois at Chicago College of Medicine and College of Nursing

https://medlineplus.gov/spanish/news/fullstory_165281.html

13th Reasons Why



www.suicidioadolescente.com.ar



Los videos adjuntos no deben ser vistos por los adolescentes sin la guía de sus padres o maestros

A- 13 Reasons Why | Official Trailer [HD] | Netflix

http://www.imdb.com/title/tt1837492/videoplayer/vi1969862169?ref=tt_ov_vi

<https://www.youtube.com/watch?v=JebwYGn5Z3E>

Why would a dead girl lie? 13 Reasons Why is now streaming only on Netflix. Based on the best-selling books by Jay Asher, the Netflix Original Series 13 Reasons Why follows Clay Jensen (Dylan Minnette) as he returns home from school to find a mysterious box with his name on it lying on his porch. Inside he discovers cassette tapes recorded by Hannah Baker—his classmate and crush—who tragically committed suicide two weeks earlier. On tape, Hannah explains that there are thirteen reasons why she decided to end her life. Will Clay be one of them? 13 Reasons Why comes from executive producers Tom McCarthy, Brian Yorkey, Selena Gomez, Joy Gorman and Kristel Laiblin.

Watch 13 Reasons Why on Netflix: <https://www.netflix.com/title/80117470>

B-13 Reasons Why | Featurette | Netflix

- En Inglés

<https://www.youtube.com/watch?v=Wqzjb07py9s>

http://www.imdb.com/title/tt1837492/videoplayer/vi1969862169?ref=tt_ov_vi

C- Por trece razones - Featurette – Netflix

-Subtitulada en Español

<https://www.youtube.com/watch?v=1ApZaTe4RYs>

D- POR TRECE RAZONES Tráiler Español (Dylan Minnette)

- Doblada en Español

<https://www.youtube.com/watch?v=cCgKEnde3wU>

www.suicidioadolescente.com.ar

<https://www.youtube.com/watch?v=UyCO8vLf8sc>

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry En respuesta a las "13 th reasons why..."



AACAP comparte activamente los siguientes recursos en las redes sociales en respuesta a esta polémica serie de Netflix en el *suicidio adolescente*.

Datos de AACAP para la Familia:

- [Películas, los medios y los niños](#)
- [El suicidio adolescente](#)
- [Violencia en la Televisión y los Niños](#)
- [Juegos de vídeo y niños: El jugar con la violencia](#)

Otros recursos:

[1-Trece razones para estar preocupados por '13 razones por las que' por AACAP Sansea Miembro L. Jacobson, MD](#)

[2-13 razones por las que: Temas de conversación para ver y discutir la serie de Netflix](#) por la Fundación JED

- **Trece razones para estar preocupados**
 - **por las "13 razones por**

www.suicidioadolescente.com.ar

Esta serie de Netflix tenía potencial para informar acerca de la depresión adolescente. Pero se quedó corta, y es contraproducente en muchos sentidos

SANSEA L. JACOBSON, MD

14 DE MAYO DE 2017

<http://www.post-gazette.com/opinion/Op-Ed/2017/05/14/Thirteen-reasons-to-be-concerned-about-13-Reasons-Why/stories/201705140106>

La semana pasada, Netflix ha anunciado su intención de lanzar una secuela de “13 razones por las que,” la polémica serie que representa a un suicidio adolescente ficticia. Esto ocurre sólo una semana después de 27 de los más renombrados investigadores de suicidio del mundo se reunieron en Pittsburgh para una conferencia de dos días en el reconocimiento de los 30 años de los servicios para los adolescentes en riesgo, o STAR Center. El Centro STAR fue co-fundada en 1986 por David Brent y Mary Margaret Kerr con la intención de abordar las cuestiones relacionadas con el suicidio de jóvenes a través de la investigación, la intervención y la educación.

Como psiquiatra de niños y adolescentes en el Centro STAR, me siento obligado a extender la mano. Tan sólo un mes después de su lanzamiento en Netflix, visto binge-I de la primera temporada de “13 razones por qué.” Me inspiré para hacerlo después de varios padres me preguntaron si deberían estar permitiendo a los adolescentes a ver la serie. Desde un punto de vista artístico, innegablemente, los personajes y la narrativa de “13 razones por las que” son convincentes y es comprensible que los adolescentes se sienten atraídos por ella. Por otra parte, los temas sensibles elevada (es decir, la intimidación, asalto sexual, abuso de sustancias, suicidio) son importantes y no debe ser ignorada.

Después de haber visto toda la serie, sin embargo, me preocupé. Lo que sigue son 13 razones por las que debe estar preocupado, también:

- 1)** La serie idealiza el suicidio, lo que sitúa a los espectadores jóvenes en riesgo de contagio de suicidio. Sabemos por la investigación que dramatizó representaciones de suicidio en la televisión y en las películas puede conducir a mayores tasas de suicidio e intentos de suicidio utilizando los mismos métodos que se muestran en la pantalla. Por otra parte, este impacto se intensifica cuando el suicidio se presenta en la ausencia de información sobre la enfermedad mental.
- 2)** Se centra en culpar a los demás, en lugar de reconocer que más del 90 por ciento de las personas que se suicidan en realidad tuvo problemas con la enfermedad mental.
- 3)** Se minimiza las distorsiones cognitivas de la depresión, y en lugar repetidamente sugiere que el suicidio era racional “elección” del protagonista con el fin de escapar del

dolor emocional causado por otros o quizás, más provocadora, para vengarse de aquellos que le traicionaron.

4) Las imágenes de autolesión y el propio suicidio son extremadamente inquietantes y gráfica. Esto se sabe que aumenta el riesgo de imitación. Afortunadamente, la mayoría de los jóvenes no llegará a ser suicida después de haber sido expuestos al suicidio. Dicho esto, sabemos que un pequeño subconjunto de los adolescentes más vulnerables, especialmente aquellos que luchan con problemas de salud mental, tienen un mayor riesgo.

5) escenas de violación Hay prolongada (sí, más de uno, y desde múltiples perspectivas) que son francamente innecesariamente detallada y potencialmente traumatizantes para las personas con un historial de asalto sexual.

6) Hay peleas y golpes que son violencia gratuita y probablemente causar angustia emocional, especialmente para los jóvenes acosados y traumatizados.

7) estrategia de intervención post-suicidio de la escuela no se acerca a seguir las directrices o normas nacionales basadas en la evidencia. Por ejemplo, lo que permite el casillero de Hannah para convertirse en un largo plazo mini-santuario inadvertidamente crea un recordatorio carga emocional del suicidio, que los expertos advierten que podría ser internalizado por los jóvenes particularmente vulnerables como medio para obtener reconocimiento.

8) Se villainizes la dirección de la escuela como principalmente se preocupa por las implicaciones legales del suicidio, en lugar de reconocer que los maestros y administradores de escuelas no sólo son un recurso potencial para el apoyo, sino también una parte muy importante de la comunidad afligida.

9) Se burla el papel del consejero, una vez más, lo que sugiere que los adultos son de alguna manera incapaces de escuchar realmente a los jóvenes en riesgo.

10) Es muy peligroso utilizar un tema para el entretenimiento, y, sin embargo, que es su objetivo principal. Hannah se supone que es un marginado, pero era sorprendente y hermosa, perfectamente peinado, envidiado por sus compañeros, siempre rápido con réplicas sarcasmo ingenioso - y sólo comienza a mostrar leves signos de descompensación (círculos oscuros, forcejearon pelo, irritabilidad, falta de esperanza) en el día de su suicidio.

11) Se debilita el papel del padre en cuestión. Los padres deben saber que hay recursos de salud mental para ayudar a las familias cuando los jóvenes están luchando. Que hablar sobre el suicidio no aumenta el riesgo de suicidio. Que las intervenciones de salud mental están basadas en la evidencia y eficaz.

www.suicidioadolescente.com.ar

12) La forma en que la serie es producida y publicitada, los adolescentes son claramente el público objetivo, y sin embargo el contenido se presenta de una manera que es muy adulto. Netflix respondió a las preocupaciones de los defensores de la salud mental mediante la actualización de las advertencias de activación para llevar advertencias adicionales. Por desgracia, con toda probabilidad, muchos adolescentes están viendo el espectáculo sin la compañía de los adultos necesitan para reforzar estas advertencias.

13) Esta serie tenía un potencial real para hacer una diferencia, desestigmatizar la enfermedad mental, promover el cuidado de la salud mental e informar al público acerca de los signos y síntomas de la depresión en adolescentes. Pero se quedó corta. Eso no quiere decir que nosotros, como comunidad necesitamos estar a la altura, también. No hay una sola manera correcta de hablar con los adolescentes. Es más importante que los adultos simplemente (e intencionalmente) hacen que el tiempo y el espacio para la conversación suceda. Sea abierto y honesto. Seguir su ejemplo. Escucha. Realmente escuchar. Sin juzgar. Luego repetir lo que dicen para hacerles saber que son escuchados y ayudar a aclarar los hechos de la ficción. Lo que sí sabemos es que *preguntar* sobre el suicidio *no aumenta* el riesgo de suicidio. Es el silencio que es peligroso.

Si en crisis, cualquier persona puede llamar al 1-800-273-TALK o texto "iniciar" a 741741. También hay excelentes puntos de conversación y recursos educativos sobre save.org y starcenter.pitt.edu.

Sansea L. Jacobson, MD, es profesor asistente en el Departamento de Psiquiatría de la Universidad de Pittsburgh School of Medicine. Ella es directora del programa de Programa Triple Junta la Psiquiatría Infantil y de becas y en la Western Psiquiátrica Instituto y Clínica, UPMC.

13 razones por las que: Temas de conversación para ver y discutir la serie de Netflix

<https://www.jedfoundation.org/wp-content/uploads/2017/03/Por-13-Razones.pdf>

- Por 13 Razones es una historia ficticia basada en una reconocida novela y su intención es ser un cuento aleccionador.
- Tú quizás tengas experiencias y pensamientos similares a algunos de los personajes de P13R. Mucha gente se identifica fácilmente con personajes vistos en series de TV o en películas. Sin embargo, es importante recordar que hay maneras saludables de lidiar con los problemas tratados en P13R; suicidarse no debe ser nunca la solución.
- Si has visto la serie y sientes que necesitas soporte o hablar con alguien, no dudes en hacerlo. Habla con algún amigo/a, familiar, el/la consejero escolar o un/a terapeuta; siempre encontrarás alguien que te escuche.

www.suicidioadolescente.com.ar

- El suicidio no es una respuesta común a los problemas y adversidades de la vida. La gran mayoría de las personas que experimentan la muerte de un ser querido, acoso o cualquier otra adversidad representada en P13R no deciden suicidarse. De hecho muchos buscan hablar con alguien y buscar ayuda, lo que les ayuda a encuentran formas productivas de manejar sus emociones y vivir así una vida normal y saludable.
- El suicidio nunca será un acto romántico o heroico. El suicidio de Hannah, aunque ficticio, es un cuento aleccionador; su historia no pretende parecer acto heroico, y debe ser visto y entendido como una tragedia.
- Es importante saber que, a pesar de la representación de un tratamiento de salud mental fallido en P13R, existen muchas opciones de tratamientos para situaciones de angustia y salud mental. Los tratamientos de salud mental funcionan.
- El suicidio nos afecta a todos, y todos tenemos la capacidad de ayudar si detectamos signos de que alguien está en riesgo de suicidarse.
- Hablar abierta y honestamente acerca del suicidio y/o de la angustia emocional que podamos sentir es positivo y necesario. Tratar estos temas no hará que la persona a quien estamos tratando de ayudar sea más proclive al suicidio. En otras palabras, no validará la idea del suicidio como solución a sus problemas. Si hay alguien por quien estés preocupado, no dudes en sacar el tema.
- Es muy importante saber cómo reconocer y responder a alguien que comparte sus pensamientos de angustia emocional o pensamientos suicidas contigo. Sobre todo, nunca juzgues sus pensamientos ni su forma de pensar. Escucha con afecto y atención. Se cuidadoso y amable, ofrece tu compañía, y si así lo desean, acompáñalos a buscar ayuda o ayúdales a llamar a un servicio de ayuda 24h.
- La forma en la que el consejero escolar atiende a Hannah en P13R no es la apropiada, y no es como la mayoría de consejeros atienden a sus estudiantes. Los consejeros escolares son profesionales con los que se puede y debe confiar. Si por desgracia te encuentras con un consejero escolar que no es de ayuda, busca otras opciones, como una línea telefónica de ayuda 24h.
- Si necesitas ayuda, no desfallezcas. No toda la gente sabrá qué decir o tendrá una reacción útil, pero ten en cuenta que siempre habrá quien sepa escucharte y ayudarte, así que sigue tratando de encontrar a alguien que te ayude. Si por el contrario alguien te hace saber que tiene pensamientos suicidas, tómalo muy en serio y busca ayuda.
- Cuando una persona muere, es evidente que no puede hacer una película o hablar con nadie. Dejar mensajes desde el más allá es solo dramatización ficticia producto de Hollywood, y no es posible en la vida real.
- Conmemorar a alguien que ha muerto por suicidio no es una práctica recomendable. Decorar el armario y/o tomar fotografías del memorial de una persona que ha muerto por suicidio no es apropiado, y nunca es forma de honrar la vida de alguien que se suicidó.

www.suicidioadolescente.com.ar

- Los cassetes de Hannah culpan a otros por su suicidio. Un suicidio nunca es culpa de los sobrevivientes del suicida; existen recursos y grupos de soporte para los supervivientes de un suicida.