

acompanhado jovens com automutilação. Lembrou-me de uma jovem que não conseguia verbalizar e escrevia sobre a sensação que tinha quando se cortava, era um alívio, tudo ficava mais simples e mais fácil de lidar.” (Daniel Sampaio).

É importante ressaltar que o suicídio é, entre os jovens, a segunda causa de morte, segundo a Organização Mundial de Saúde. Na maioria dos casos, os pais e pessoas mais próximas não se apercebem das ideias e intenções suicidas. O sofrimento é intensamente sentido, pelo que entrar neste tipo de “jogos” é muito fácil para estes jovens.

Não podemos ainda esquecer que participar neste tipo de desafios garante visibilidade nas redes sociais. Este é um fator com relevo para uma geração que está sempre ligada às tecnologias, que encontra no mundo virtual uma forma de ter prazer e de viver, que está constantemente à procura de aceitação no número de seguidores que tem no Instagram e cuja auto-estima depende do número de likes obtidos nas publicações no Facebook, como se a rede que os sustentasse fosse a rede social. Entre estes adolescentes, muitos desenvolvem uma dependência a este nível que, sem estar ligada a nenhuma substância, do ponto de vista neurológico ativa as mesmas partes do cérebro que as drogas e o álcool. E para estes jovens a participação nos “jogos” propostos é muito aliciante.

A tudo isto junta-se, muitas vezes, o fato de os pais estarem menos disponíveis e acompanharem de forma pobre e insuficiente os filhos. Muitas vezes, distraídos com o dia-a-dia, toda esta realidade é paralela e lhes passa despercebida.



243 660 097 / 934 010 534



cafapcoruche@caritascoruche.pt



Largo de Valadares, 1 - 2100-112 Coruche



Sílvia Caraça (Assistente Social/Coordenadora)
Gonçalo Coelho Arromba (Psicólogo Clínico)
Ana Miriam Barradas (Psicóloga Clínica)

 **INOVA CÁRITAS CORUCHE**

WWW.CARITASCORUCHE.PT

APOIO NA REPRODUÇÃO



cafap

CENTRO DE APOIO FAMILIAR E
ACONSELHAMENTO PARENTAL

DESAFIAR A VIDA - COMPREENDER (1ª PARTE) -



PRÓXIMO TEMA:

DESAFIAR A VIDA - APOIAR (2ª PARTE)

91 COLEÇÃO
DESENVOLVIMENTO
MARÇO - ABRIL 2018

Milhares de jovens estão a pôr a vida em risco, um pouco por todo o mundo, para responder aos desafios que circulam na internet. Enrolam-se em fita-cola para depois se libertarem, bebem excessivamente, desaparecem durante 72 horas sem deixar rasto, cedem a ordens que passam por atos de autolesão e terminam em suicídio... Tudo com o intuito de filmar e publicar online nas redes sociais.

São experiências que vão ao encontro de muitas características da adolescência: testar limites, necessidade de pertença, vivenciar o risco e o desafio. Mas alguns jovens representam um grupo mais vulnerável e é crucial os pais estarem informados e atentos.

DESAFIAR A VIDA

No último ano, o país foi surpreendido com um “jogo” que pode levar ao suicídio os jovens que aderem. Esta é a última etapa, mas antes disso as propostas passam pela automutilação. Chama-se “Baleia Azul” e tem tido dezenas de aderentes que acabam por dar entrada nos hospitais. Resumidamente, é um desafio online em que o jogador tem de cumprir 50 passos que correspondem a 50 desafios diários. O adolescente começa por cortar-se ao escrever a expressão “F57” na palma da mão; depois, envia a fotografia do ato por telemóvel a um “curador” e este irá indicar-lhe as outras 49 etapas, uma por dia, sempre num crescendo de perigo. Quem se entrega a estas indicações ao estilo “faz o que eu digo” corta os lábios, sobe a telhados, negocia a vida em cima de pontes e, nos casos mais extremos, pode matar-se.

Os alvos da “Baleia Azul” são jovens que recebem uma intimação para participar no desafio através das redes sociais. Se os “jogadores” não cumprirem, é-lhes dito que algo de muito mau vai acontecer, como a morte dos pais.

Quem envia as mensagens aos jovens tem interesses financeiros e ganha muito dinheiro com as fotografias das automutilações.

O psiquiatra Daniel Sampaio menciona as suas conversas com alguns jovens que têm amigos ou colegas aliciados para o “Baleia Azul” e todos lhe relataram o mesmo: um responsável pelo desafio, um “curador” com um perfil falso no Facebook, convidou-os para o “jogo” depois de eles terem deixado online pistas de que se encontravam fragilizados ou em sofrimento psicológico.

Há tentativas de suicídio em direto na internet, os jovens mostram aos outros o que vão fazer em tempo real e alguns já acabaram por ser salvos porque alguém que estava a ver avisou a polícia; jovens que nem sequer estão em Portugal (França, Espanha, EUA) que alertaram as autoridades. “Tenho relatos de pais que tiveram a polícia e os bombeiros em casa, de repente, sem saber porquê, quando tinham o filho ou a filha, noutra divisão da casa, a fazer essa tentativa em direto na internet.” (Daniel Sampaio).

Depois do jogo da “Baleia Azul”, que resultou em várias mortes, o desafio da moda surgiu nos Estados Unidos e já é viral na internet. O “Tide Pod Challenge” consiste em comer cápsulas de detergente, filmar e partilhar nas redes sociais.

Recentemente, a PSP e o INEM lançaram um alerta sobre este desafio, considerando a prática “extremamente perigosa, podendo causar lesões graves” e reforçam que estas cápsulas são altamente concentradas e projetadas unicamente para o seu fim, sendo que ingeridas podem causar a morte.

São já centenas os casos de adolescentes que, desde o início deste ano, mastigaram intencionalmente as cápsulas ou as cozinham juntamente com a comida, uma situação que já levou Facebook, Instagram e YouTube a tentar travar a progressão do “jogo”.

ADOLESCENTES EM RISCO

Estes desafios são fenómenos grupais de procura imediata de prazer, próprios da adolescência. São experiências que mostram a influência dos pares, a vontade que os adolescentes têm de desafiar o perigo, a dificuldade em refletir sobre as consequências e a necessidade de experimentarem adrenalina.

O pediatra Mário Cordeiro fala de “rebeldes sem coragem de assumir a rebeldia às claras”, “jovens que sentem que a vida lhes proporciona demasiada rotina e pouca ‘adrenalina’” e que querem “mais e mais emoções”. Nesta faixa etária há tendência para a impulsividade e dificuldade em avaliar consequências e travar determinado tipo de ações. É habitual testar os limites e há tendência para imitar (os pares, principalmente), sem pensamento reflexivo sobre a consequência das ações.

Contudo, é comum os jovens quererem testar os limites, mas só até um certo ponto, pois percebem quando há uma zona de perigo e recuam.

Estes desafios atingem sobretudo os jovens mais vulneráveis: isolados, em sofrimento, com poucas competências sociais, baixa auto-estima e humor depressivo. A necessidade de experimentar adrenalina ou risco advém, nestes casos, de vulnerabilidades emocionais, isto é, a adesão a estes desafios está relacionada com o facto de os adolescentes se sentirem “muito fracos ou frágeis e, por isso, procurarem situações em que são heróis e desafiam o perigo”. Daí que nem todos os adolescentes estejam disponíveis para desafios que aparentam ser disparatados.

Há um traço comum entre os jovens que são desafiados para entrar no jogo online da “Baleia Azul”, por exemplo: estão fragilizados ou em sofrimento psicológico intenso. Neste caso, há um sofrimento físico que ajuda a anular o sofrimento psicológico. “Tenho