

Estimados padres y tutores legales:

Por qué tenemos que hablar de *13 Reasons Why*

Es muy probable que, por los pasillos de las escuelas de todo el país, los estudiantes estén comentando una de las series de Netflix, éxito del momento, *13 Reasons Why* (Por 13 razones), basada en el popular libro de Jay Asher. La serie sigue a un grupo de estudiantes de escuela preparatoria que intentan recomponer la historia de Hannah Baker, una compañera de clase que les ha dejado pistas después de suicidarse.



Aunque la serie arroja luz sobre temas muy importantes, hay algunos defectos en su realización. El show no menciona el problema de las enfermedades mentales, que afectan a uno de cada cinco adolescentes, y prácticamente muestra al suicidio como una fantasía idealizada, con lo que el programa pierde la oportunidad de debatir sobre un problema que afecta a muchos jóvenes. Además, no se plantean ejemplos de personajes que pidan y obtengan la ayuda que necesitan. Durante el transcurso de la historia, la actitud predominante es el silencio. Aunque se ve a los compañeros de Hannah sufrir por las consecuencias de su suicidio, no hay escenas que muestren cómo estos recurren a sus padres, maestros o consejeros para hablar y pedir ayuda, aunque evidentemente les cuesta sobreponerse a la tragedia. Al no mostrar cómo pedir ayuda ni que existen tratamientos y apoyo emocional disponibles, la serie solo da ejemplos de lo que no se debe hacer, sin ofrecer una alternativa de comportamiento positivo.

Además, se ve a Hannah en una penosa escena en la que acude a un orientador escolar, al que le cuenta que fue víctima de una violación y que está pasando por un mal momento. El orientador no solo no le ofrece esperanza, compasión o recursos para sobreponerse, sino que culpa a la estudiante por la violación y le permite retirarse cuando claramente no se encuentra bien. Las escuelas deben ser conscientes de que los jóvenes están recibiendo este mensaje, y tienen que asegurarse de que los estudiantes sepan que sus orientadores intentarán ayudarlos.

Aunque tiene algunas fallas, *13 Reasons Why* sí ofrece una visión de lo que sucede en la mente de los adolescentes estadounidenses del siglo XXI, y ciertamente hará que sus seguidores reflexionen sobre el tema. Es un buen momento para recordarles a los estudiantes los mensajes de esperanza que transmitimos a través del programa de prevención de suicidios en TJ, Señales de suicidio (SOS), así como insistir en que el suicidio nunca es la solución. Debemos recordarles que siempre hay opciones o soluciones, no importa lo que alguien haya dicho o hecho, en persona o en internet. Pueden seguir los tres pasos denominados **ACT** (por su sigla en inglés):

- **Reconocer** las señales de alarma y que se trata de un problema serio.
- **Demostrarle** a la persona que les preocupa su situación.
- **Informar** a un adulto de confianza.

Si saben que sus hijos están planeando ver este programa o ya lo están viendo, les recomendamos que lo miren juntos y que hablen sobre las situaciones y problemas que plantea. Sabemos que no es fácil hablar de estos temas, por lo que adjuntamos un recurso que podrán utilizar para que la conversación sea más fácil.

SAVE se unió a la Fundación Jed para elaborar una lista de varios temas de conversación que puede ser de ayuda para los padres, maestros y otras personas que están en contacto con los adolescentes a la hora de hablar del suicidio y de los problemas que plantea la serie *13 Reasons Why*. Otros recursos de conversación adicionales incluyen:

Recursos en inglés para comentar la serie “13 Reasons Why”:

* Consideraciones para los educadores sobre la serie de Netflix “13 Reasons Why” de la Asociación Nacional de Psicólogos Escolares (NASP): <http://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources/school-safety-and-crisis/preventing-youth-suicide/13-reasons-why-netflix-series-considerations-for-educators>

* Artículo de charlas técnicas de los martes de Screenagers: <http://bit.ly/2p2APAR>,

Recursos adicionales sobre salud mental y seguridad:

* Línea de ayuda anónima Safe2Tell: <https://safe2tell.org/> y (877) 542-7233

* Red Nacional de Prevención de Suicidios: <http://suicidepreventionlifeline.org/> y (800) 273-8255

* Servicios de Crisis de Colorado: apoyos para la salud mental: (844) 493-8255 y www.ColoradoCrisisServices.org

Si tienen preguntas o dudas, no duden en comunicarse con el equipo de salud mental de la escuela:

Natalie Koncz, psicóloga escolar y Samanda Davis, trabajadora social.