

8 de mayo 8, 2017

Queridos Padres o Tutores,

Esta carta es para notificar a nuestros padres / tutores de una serie actual de Netflix que está generando mucha controversia y preocupación. La serie de Netflix, *13 razones por las cuales*, debutó el 31 de marzo de 2017 y está tendiendo a nivel nacional y local. Es una serie de 13 episodios basada en el libro de Jay Asher del mismo nombre. Es clasificado MA (audiencias maduras) debido a sus temas gráficos del tiranizar, del asalto sexual, del uso de la droga, y del suicidio.

Esta serie está siendo vista y hablada por muchos estudiantes dentro del Distrito Escolar de Waterloo y ha generado mucha discusión. Algunos expertos en salud mental están preocupados porque el programa no aborda alternativas al suicidio cuando los adolescentes están lidiando con situaciones estresantes.

Como recomendaciones, animamos a los padres / tutores a hacer lo siguiente:

- Obtener información sobre la serie
- Si su hijo/a está viendo / leyendo la serie, por favor tome tiempo para hablar con su hijo/a sobre el contenido
- Revise los puntos de conversación que han sido creados específicamente para esta serie por expertos en salud mental de Voces de Educación sobre el Suicidio (SAVE) y la Fundación JED; Que se puede encontrar en: <https://www.jedfoundation.org/13-reasons-why-talking-points/>
- Edúcate sobre la prevención del suicidio: es útil conocer hechos básicos y cómo abordar una conversación sobre el suicidio
- Conoce signos y síntomas de depresión en adolescentes:
 - Tristeza o sentimientos de desesperanza
 - Irritabilidad, ira u hostilidad
 - Llorar frecuentemente
 - Alejarse de amigos y familiares
 - Perder interés en las actividades
 - Malos Grados
 - Cambios en los hábitos alimenticios y de sueño
 - Fatiga o falta de energía
 - Molestias y Dolores inesperados
 - Pensamientos de muerte o suicidio
 - Algunos adolescentes suicidas no necesariamente parecen tristes, ni se retiran de los demás.

Si cree que su hijo/a necesita apoyo en esta área, comuníquese con el consejero escolar de su hijo/a o llame a La Línea de Vida Nacional de Prevención del Suicidio. (1-800-273-TALK o texto 741741). El Distrito Escolar de Waterloo continuará proporcionando a las familias los recursos apropiados para educar mejor a los padres con el fin de tratar con eficacia estas situaciones.

Sinceramente.

Nicole M. Bakalars

Carmen Follmer

Consejero de la escuela