



Kit de ferramentas de resposta ao uso de fentanilo e opioides

Carta/e-mail para alunos e famílias

Utilize esta carta/e-mail para consciencializar para os perigos de comprimidos falsos de fentanilo e para os riscos do uso de opioides. Dar conhecimento aos estudantes e familiares sobre as medidas que os diretores das escolas estão a adotar para proteger e apoiar os jovens, bem como os locais onde se devem dirigir para procurar apoio e obter mais informações.

Linha de assunto sugerida: Informação sobre os perigos do fenatilo e dos comprimidos falsificados

Caros alunos e familiares,

A nossa escola procura que o bem-estar dos nossos alunos esteja no centro do trabalho que desempenhamos. Estamos a escrever esta carta para partilhar preocupações sobre o fentanilo e opioides. Estas drogas estão a prejudicar pessoas na nossa comunidade. Esperamos que estas informações possam ajudar outros estudantes.

Qual é o perigo? Todas as semanas, cerca de 5 habitantes do Oregon morrem de overdose. Neste momento, os opioides falsificados compostos com fentanilo estão a propagar-se por todo o Oregon. Estes comprimidos são falsificados e são muito perigosos. Um único comprimido pode provocar uma overdose.

O que é um opioide? Os opioides são medicamentos que abrandam a respiração e causam sonolência. Os opioides incluem a morfina, oxicodona, hidromorfona e heroína. O fentanilo é outro poderoso opioide: uma dose tão pequena quanto alguns grãos de areia pode matar uma pessoa.

Por que é que as pessoas usam opioides? Os opioides podem ser prescritos como medicamento para aliviar as dores. Alguns jovens experimentam drogas porque são curiosos. Algumas pessoas usam drogas para evitar sentir emoções difíceis. Os opioides são viciantes.

O que é a naloxona? A naloxona (também conhecida como Narcan) é uma medicação que pode ser fornecida através de um spray nasal ou por via injetável para restaurar rapidamente o ritmo de respiração normal de uma pessoa cuja respiração abrandou ou parou devido a uma overdose de fentanilo, à prescrição de opiáceos ou heroína. O início da naloxona ocorre no prazo de 2 a 3 minutos e pode durar 30 a 90 minutos. Por vezes é necessária uma segunda dose de naloxona se os sintomas da overdose regressarem. Se alguém que conhece está a utilizar opioides, pense em adquirir Narcan para trazer sempre consigo e tê-lo disponível em casa. Pode obter mais informações sobre como obter Narcan e como utilizá-lo aqui: [Recuperação com Narcan para overdose com opioides](#).

O que podemos fazer? Fale sobre estas preocupações com os seus alunos e com outros jovens com quem se preocupa. Esta carta tem informações importantes, orientações para

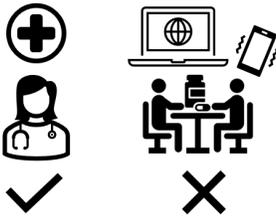
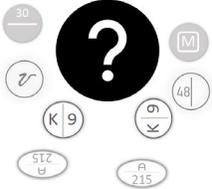
responder a uma overdose e ligações de recursos. Partilhe-as com todas as pessoas que possam precisar.

Preocupamo-nos com a saúde de todos os estudantes da nossa comunidade escolar. Sabemos que estas conversas podem ser difíceis. A melhor pessoa a contactar caso tenha alguma dúvida é: (Introduzir o contacto escolar).

Com os melhores cumprimentos,

(Introduzir o Diretor/Superintendente escolar/Administrador do serviços de saúde escolar)

Vejamos algumas informações para partilhar com estudantes e familiares:

	<p>Os comprimidos de amigos e comprimidos comprados na Internet ou através das redes sociais não são seguros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se um comprimido for adquirido a qualquer pessoa que não seja um médico ou farmacêutico, não o tome. Pode ser um comprimido falsificado. • Os comprimidos falsificados não são controlados. Cada comprimido pode ter uma dose diferente de medicamento. Todos os comprimidos falsificados constituem um risco.
	<p>Os comprimidos que um médico prescreve para uma pessoa devem ser utilizados exclusivamente por essa pessoa, conforme prescrição.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Não tome comprimidos que foram prescritos a outra pessoa ou que recebeu de amigos ou de outras fontes. • O corpo varia de pessoa para pessoa. Um comprimido que é seguro para uma pessoa pode ser prejudicial para outra. • Qualquer comprimido pode ser perigoso se for tomado incorretamente, em doses excessivas ou com frequência.
	<p>Os comprimidos falsificados podem ser iguais aos comprimidos verdadeiros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Um comprimido de fentanilo falsificado pode ter qualquer cor. A maioria das vezes os comprimidos são azuis, esverdeados ou cor pastel. • Alguns comprimidos falsificados têm marcas que se assemelham aos comprimidos verdadeiros. Alguns têm as

		<p>marcas “M30,” “K9,” “215” ou “V48.” Os comprimidos falsificados podem ter outras marcas ou não ter quaisquer marcas.</p>
	<p>As escolas e os familiares querem ajudar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Não faz mal pedir ajuda. • Os estudantes que nos dizem que estão a usar drogas ou que pedem ajuda, não serão castigados. • Os estudantes podem falar com _____ (Introduzir o colaborador: o conselheiro escolar, o assistente social da escola, a enfermeira da escola, o diretor, os colaboradores do SBHC) ou com outro adulto de confiança. • Se um estudante se sentir inseguro ou conhecer alguém que se sinta inseguro, pode partilhar as suas preocupações acedendo a safeoregon.com ou telefonando ou enviando mensagem de texto para o número 844-472-3367.

Vejam algumas medidas que deve tomar se testemunhar uma overdose em sua casa ou na sua comunidade:

<p><u>RECONHECER: saber reconhecer os sinais de uma overdose com opioides:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pupilas dilatadas • Respiração lenta, fraca ou ausência da mesma • Gorgolejo ou ronco • Dificuldade em acordar ou não acordar de todo • Sonolência extrema • Pele fria, pegajosa 	<p><u>RESPONDER: se houver suspeita de uma overdose por opioide, ligue imediatamente para o 9-1-1.</u></p> <p>Se possível faça também o seguinte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verifique as pulsações e a respiração da pessoa inconsciente. • Inicie imediatamente as manobras de reanimação na ausência de pulsação ou respiração. • Administre naloxona (Narcan) o mais rapidamente possível.
---	--

- Pele, unhas ou lábios azulados ou acinzentados

Pode obter mais informações sobre como obter naloxona (Narcan) e sobre como usá-lo visitando a página [Narcan Rescue for Opioid Overdose](#) na Oregon Health Authority.

Vejam alguns websites úteis:

Apoio para estudantes e familiares

- 8 Tips for Talking to Your Teen about Alcohol and Other Drugs (8 Sugestões para falar com o seu filho adolescente sobre o álcool e outras drogas) criado por Safety First.
- Tratamento de distúrbios relacionados com o uso de substâncias em jovens e recursos de recuperação da Oregon Health Authority
- Recursos de ajuda para familiares, grupos, formação e outros apoios para famílias que lidam com adições
- Programas de prevenção do suicídio entre os jovens do Oregon

Informações sobre opioides, fentanilo e recuperação com naloxona/Narcan

- [Fake and Fatal](#): campanha sobre comprimidos fentanilo/falsificados e currículo desenvolvido pelo Beaverton School District
- [Laced and Lethal](#): campanha do King County, Washington designada para ensinar aos jovens os riscos de comprar comprimidos e pós potencialmente falsificados com fentanilo
- [Song for Charlie](#): uma instituição de caridade familiar sem fins lucrativos dedicada a aumentar a consciencialização para os “comprimidos de fentanilo”.
- [April 2022 Community Threat Bulletin](#) da Oregon High Intensity Drug Trafficking Area (HIDTA)
- [Recursos Naloxone rescue for opioid overdose](#) da Oregon Health Authority

Linhas de apoio

- Linha nacional de prevenção do suicídio 24 horas por dia (organizada pela Lines for Life): 1-800-273-8255
- Contacte a **Lines for Life** enviando a mensagem “273TALK” para o número 839863 (serviços de mensagens de texto disponíveis de segunda a sexta-feira, das 14:00 às 18:00, Hora do Pacífico).
- **Linha de crise de mensagens de texto 24/7**: Envie a mensagem “OREGON” para o número 741741.
- [Youthline](#) é uma linha de crise e ajuda de adolescentes para adolescentes. Ligue para o número 1-877-968-8491 ou envie a mensagem “teen2teen” para o número 839863.

Pode obter este documento noutros idiomas, em caracteres grandes, em braille ou no formato que preferir. Contacte Ashley Thirstrup no número 503-720-2557 ou ashley.thirstrup@dhsosha.state.or.us. Aceitamos todas as chamadas de pessoas com necessidades especiais, ou pode ligar 711.