Exemplo de carta /e-mail para alunos e famílias

**CONFORME ORS 339.869 e OAR 581-021-0037, os distritos escolares têm de fornecer informações relacionadas com os antagonistas de opioides (naloxona) aos pais ou responsáveis ​​de todos os alunos menores. As informações fornecidas têm de incluir, no mínimo:**

1. **Uma descrição dos antagonistas de opioides de ação curta e da respetiva finalidade;**
2. **Uma declaração sobre os riscos de, numa situação de emergência, administrar a um indivíduo um antagonista de opioides de ação curta e os riscos de não administrar a um indivíduo um antagonista de opioides de ação curta;**
3. **Uma declaração identificando as escolas do distrito, se as houver, que disporão de antagonistas de opioides de ação curta e os materiais médicos necessários para administrar antagonistas de opioides de ação curta, nas instalações e disponíveis para situações de emergência; e**
4. **Uma declaração de que um representante de um distrito pode administrar a um aluno um antagonista de opioides de ação curta numa emergência se o aluno parecer estar inconsciente e a sofrer uma overdose de opioides.**

**Os distritos podem utilizar esta carta/e-mail para satisfazer esse requisito e ajudar a sensibilizar para os perigos da utilização de opioides e sobre a disponibilidade de naloxona nas escolas.**

**--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**

**Linha de assunto sugerida:** Importante: o que os pais precisam de saber sobre a segurança da naloxona e os opioides

Caros alunos e famílias,

A nossa escola procura que o bem-estar dos nossos alunos esteja no centro do trabalho que desenvolvemos. Escrevemos-lhe hoje para partilhar preocupações sobre o fentanilo e os opioides. Estas drogas estão a prejudicar pessoas da nossa comunidade. Esperamos que estas informações possam ajudar a proteger os alunos. Esta carta contém informações importantes, incluindo orientações sobre como responder a uma overdose e ligações para recursos.

**A utilização de drogas entre adolescentes** tem diminuído. No entanto, os dados mostram que houve um aumento de overdoses, principalmente devido ao fentanilo ilícito no mercado de drogas (NIDA, 2023). É crucial educar os alunos e os jovens sobre os riscos da utilização de substâncias, incluindo o potencial da existência de fentanilo em comprimidos ilícitos e outras substâncias. Também é importante melhorar a sensibilização para os antagonistas de opioides (como a naloxona).

**O que é um opioide?** Os opioides têm origem na planta da papoila do ópio e incluem drogas como morfina, oxicodona, hidromorfona (dilaudid), heroína e fentanilo. Ligam-se aos receptores para bloquear a dor e aumentar o prazer. A overdose é um risco frequente associado aos opioides e pode ser intencional ou acidental. O fentanilo é um opioide poderoso: uma dose equivalente a apenas alguns grãos de areia pode levar uma pessoa a deixar de respirar em poucos minutos.

**Porque é que as pessoas usam opioides?** Os opioides podem ser receitados 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 um antagonista de opioides?** Os antagonistas de opioides são medicamentos (a naloxona é o antagonista de opioides mais conhecido) que podem ser administrados por spray nasal ou injeção para restaurar rapidamente a respiração normal de uma pessoa cuja respiração abrandou ou parou devido a uma overdose de fentanilo, opioides sujeitos a receita médica ou heroína**.** O início de ação 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. A naloxona pode ser administrada em situações de overdose de emergência e é segura para a pessoa que recebe o medicamento.

**O que pode fazer?** Converse sobre os perigos do fentanilo e sobre a disponibilidade de agonistas de opioides com os seus alunos e outras pessoas com quem se preocupa. Considere a possibilidade de ter naloxona disponível em casa para conseguir dar uma resposta mais rápida durante uma emergência médica. Pode obter mais informações sobre como obter naloxona e como usá-la aqui: [Medicamentos para inversão de overdose de opioides](https://www.oregon.gov/oha/PH/PREVENTIONWELLNESS/SUBSTANCEUSE/OPIOIDS/Pages/ReverseOverdose.aspx).

**O que está o seu distrito escolar a fazer?** (Inserir nome do distrito) oferece educação abrangente sobre drogas e álcool em conformidade com as [Normas de educação em matéria de saúde do Oregon de 2023.](https://www.oregon.gov/ode/educator-resources/standards/health/Documents/Health%20Standards%20Adopted%2010.19.23.pdf) Além disso, temos uma preocupação profunda para com a saúde e a segurança de todos os alunos da nossa comunidade escolar.

* Em conformidade com a política do distrito escolar, todas as escolas irão dispor de um abastecimento de naloxona e dos materiais médicos necessários. A equipa pode administrar naloxona a qualquer pessoa que se suspeite ter sofrido uma overdose de opioides. Sempre que a naloxona for administrada, a equipa da escola telefonará para o 911 e terá de notificar os pais do aluno ou a pessoa responsável pelo aluno.
* Em conformidade com a política do distrito escolar, algumas escolas irão dispor de um abastecimento de naloxona e dos materiais médicos necessários nas escolas seguintes: (lista de escolas). A equipa pode administrar naloxona a qualquer pessoa que se suspeite ter sofrido uma overdose de opioides. Sempre que a naloxona for administrada, os funcionários da escola telefonarão para o 911 e notificarão os pais do aluno ou a pessoa responsável pelo aluno.
* Nenhuma escola irá dispor de um abastecimento de naloxona. A equipa da escola entrará em contacto com o 911 e terá de notificar os pais do aluno ou a pessoa responsável pelo aluno se o aluno estiver em situação de emergência médica.

Sabemos que estas conversas podem ser difíceis. A melhor pessoa a contactar caso tenha alguma dúvida é: \_(Inserir contacto da escola).

Com os melhores cumprimentos,

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

**Vejamos algumas informações para partilhar com os alunos e as famílias:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Os comprimidos de amigos e os comprimidos comprados na Internet ou através das redes sociais não são seguros.** | * Se um comprimido for adquirido a qualquer pessoa que não seja um médico ou farmacêutico, não o tomes. 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.
 |
|  | **Os comprimidos que um médico receita a uma pessoa devem ser utilizados exclusivamente por essa pessoa, conforme a receita médica.** | * Não tomes comprimidos que foram receitados a outra pessoa ou que recebeste de amigos ou de outras fontes.
* O corpo varia de pessoa para pessoa. Um comprimido que é seguro para uma pessoa pode ser prejudicial a outra.
* Qualquer comprimido pode ser perigoso se for tomado incorretamente – por exemplo, em doses excessivas ou com demasiada frequência.
 |
|  | **Os comprimidos falsificados podem parecer iguais aos comprimidos verdadeiros.** | * Um comprimido de fentanilo falsificado pode ser de qualquer cor. Muitas vezes os comprimidos são azuis, esverdeados ou cor pastel.
* Alguns comprimidos falsificados têm marcas parecidas com as dos comprimidos verdadeiros. Alguns têm as marcas “M30,” “K9,” “215” ou “V48.” Os comprimidos falsificados podem ter outras marcas ou não ter nenhuma marca.
 |
|  | **As escolas e as famílias querem ajudar.** | * Não há problema em pedir ajuda.
* Os alunos que nos dizem que estão a usar drogas, ou que pedem ajuda, não serão castigados.
* Os alunos podem falar com (Inserir equipa: conselheiro escolar, assistente social escolar, enfermeiro escolar, diretor, funcionários do SBHC), ou outro adulto de confiança.
* Se um aluno se sentir inseguro ou conhecer alguém que se sinta inseguro ou que esteja com problemas emocionais, pode telefonar, enviar mensagens de texto ou conversar através do [988](https://988lifeline.org/) e falar com um conselheiro de crise, de graça.
 |

**O que fazer se testemunhar uma overdose em casa ou na comunidade:**

|  |  |
| --- | --- |
| **RECONHECER: Saber reconhecer os sinais de uma overdose com opioides:*** Pupilas do tamanho de uma cabeça de alfinete
* Respiração lenta, fraca ou ausente
* Gorgolejo ou ronco
* Dificuldade em acordar ou não acordar de todo
* Sonolência extrema
* Pele fria, pegajosa
* Pele, unhas ou lábios azulados ou acinzentados
 | **RESPONDER se houver suspeita de overdose de opioides:**∉ Administre um medicamento para inversão de overdose, como naloxona\* (se disponível) e telefonar para o 911.∉ Tente manter a pessoa acordada e a respirar.∉ Deite a pessoa de lado para evitar asfixia.∉ Fique junto da pessoa até à chegada da assistência de emergência. |
| Pode saber mais sobre como obter naloxona (Narcan) e como usá-la acedendo à página [Opioid Reversal Medications](https://www.oregon.gov/oha/PH/PREVENTIONWELLNESS/SUBSTANCEUSE/OPIOIDS/Pages/ReverseOverdose.aspx) [Medicamentos de Inversão de Opioides] da Oregon Health Authority [Autoridade de Saúde do Oregon]. |

**Vejamos alguns websites úteis:**

|  |
| --- |
| Apoio para estudantes e famílias* + - [Tratamento de distúrbios relacionados com o uso de substâncias em jovens](https://www.oregon.gov/oha/HSD/BH-Child-Family/Pages/Youth-SUD.aspx) – recursos de tratamento e recuperação da Oregon Health Authority
		- [A Oregon Family Support Network [Rede de Apoio à Família do Oregon]](https://ofsn.org/) estabelece ligações, capacita e educa as famílias e as suas comunidades
		- [The New Drug Talk Oregon [Novas Conversas sobre Drogas no Oregon]](https://www.thenewdrugtalk.org/oregon) oferece aos pais educação e ferramentas para estabelecerem ligações a propósito do fentanilo
		- [Oregon Recovery High Schools [Escolas Secundárias para Recuperação no Oregon]](https://www.oregonrecoveryschools.org/) oferece educação segura, sóbria e de apoio para jovens em recuperação

Informações sobre opioides, fentanilo e recuperação com naloxona/Narcan* + - [April 2022 Community Threat Bulletin](https://drive.google.com/file/d/1tFF6htjpUeELwkcJniGEmH8fXyqDlB73/view?usp=sharing) [Boletim de ameaças à comunidade de Abril de 2022] da Oregon High Intensity Drug Trafficking Area (HIDTA - Área de alta intensidade de tráfico de drogas do Oregon)
		- [Fentanyl Aware [Atenção ao Fentanilo]](https://fentanylaware.com/) – Campanha de sensibilização ao público do condado de Lane sobre fentanilo, overdose e naloxona
		- [Save Lives Oregon [Salvar vidas no Oregon]](https://www.savelivesoregon.org/) saiba mais sobre a naloxona, como administrar e aceda a guias de formação
		- [Medicamentos para inversão de overdose de opioides](https://www.oregon.gov/oha/PH/PREVENTIONWELLNESS/SUBSTANCEUSE/OPIOIDS/Pages/ReverseOverdose.aspx) – recursos da Oregon Health Authority
		- Mortes por overdose de fentanilo, condado de Multnomah 2018-2023, relatório do Departamento de Saúde do condado de Multnomah
	+ **Linhas de apoio**
		- [A Youthline](https://oregonyouthline.org/?utm_medium=email&utm_source=govdelivery) é uma linha de crise e ajuda de adolescentes para adolescentes. Liga para o número 1-877-968-8491 ou envia a mensagem “teen2teen” para o número 839863.
		- [**988 Lifeline.**](https://988lifeline.org/)Se estás a passar por dificuldades ou estás em crise, ou se conheces alguém nessa situação, sabe que há ajuda disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana. Telefona ou envia uma mensagem de texto para 988, ou conversa online em [988Lifeline.org.](https://988lifeline.org/) A Lifeline 988 responde a chamadas, mensagens de texto e conversas online em inglês ou espanhol, com serviços de interpretação para mais de 250 idiomas. As pessoas surdas, com deficiência auditiva ou que preferem utilizar a linguagem gestual dos EUA podem contactar diretamente um conselheiro 988 formado em ASL [American Sign Language (Linguagem gestual dos EUA)].
 |