

Prezada comunidade de Haverhill,

Queríamos compartilhar nossa preocupação com dois "Desafios" promovidos nas redes sociais nas últimas semanas.

Um é o "[Desafio de uma ficha](#) ", e o outro é o "[Desafio Noz da Morte](#) e." Ambos os desafios envolvem comer chips de tortilla ou amendoins cobertos com capsaicina, um dos ingredientes mais picantes da pimenta malagueta. Começamos a ver alunos em nossos consultórios de saúde que participaram dessas atividades perigosas.

· Qual é o Desafio?

O Desafio envolve comer uma das batatas fritas e esperar o máximo possível para comer ou beber qualquer outra coisa. Os participantes são incentivados a postar suas reações nas mídias sociais.

Quão quentes estão as batatas fritas / amendoins?

Os chips / amendoins contêm um ingrediente de pimenta malagueta chamado capsaicina. Este ingrediente é um dos conteúdos mais bem avaliados de pimentas picantes. Pode ser muito irritante e intenso e é usado em spray de pimenta e maça.

· Quanto tempo dura o desafio?

Como a capsaicina é altamente irritante, a maioria das pessoas sente irritação imediata na boca e na garganta. Os sintomas irritantes e dolorosos geralmente duram várias horas, mas podem durar dias para alguns.

O desafio é seguro?

Não, não acreditamos que seja seguro para nossos alunos. A capsaicina pode causar irritação na boca e garganta, dor, queimação e desconforto intestinal. A capsaicina também pode causar problemas de saúde mais graves, como dor no peito, palpitações cardíacas ou até mesmo ataque cardíaco. Consumir grandes quantidades de capsaicina pode levar a danos intestinais e esofágicos devido a vômitos repetidos.

· O que deve ser feito se alguém comer as batatas fritas?

O leite é mais eficaz no alívio dos sintomas do que a água. Lave bem as mãos para evitar que se espalhe para os olhos e outras partes do corpo, o que causará mais inflamação e irritação. Se outros sintomas estiverem presentes, procure atendimento médico e ligue para o Controle de Envenenamento no número 1-800-222-1222.

Para obter mais informações, visite o site do centro de controle de veneno

<https://www.poison.org/articles/is-the-one-chip-challenge-dangerous>

Por favor, fale com seus filhos sobre os perigos deste desafio de mídia social. Se você tiver alguma dúvida, não hesite em entrar em contato com a enfermeira da escola ou com o médico de cuidados primários de seu filho. Obrigado por ser tão cooperativo neste assunto. Nossa prioridade número um é criar o ambiente de aprendizado mais seguro para todos os alunos.